

Trabajo Fin de Grado

Didáctica de la Historia a través de la Educación
Física: metodologías activas y significativas

Autor

Alejandro Larroya Pérez

Director

Julián Pelegrín Campo

Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación. Campus de Huesca.

Curso 2015-2016

Índice

1. Introducción	4
2. Marco teórico	5
2.1 Importancia de la enseñanza de la Historia en Educación Primaria	5
2.2 Importancia de la Educación Física en Educación Primaria	9
2.3 Aprendizaje interdisciplinar	15
2.4 Metodologías activas y significativas en la enseñanza de la Historia	16
2.5 Relación de ambas áreas dentro del currículo aragonés de primaria	21
3. Marco práctico	30
3.1 Contexto de desarrollo de las actividades	30
3.2 Orientaciones metodológicas	31
3.3 Justificación de las actividades	32
3.4 Actividades previas	36
3.5 Propuesta de actividades	44
4. Evaluación	70
4.1 Instrumentos de evaluación de cada actividad	71
5. Conclusiones y reflexión personal	75
6. Referencias bibliográficas	78
7. Anexos	81
Anexo 1.	82
Anexo 2.	83
Anexo 3.	84
Anexo 4.	85
Anexo 5.	86
Anexo 6.	88
Anexo 7.	91
Anexo 8.	96
Anexo 9.	97
Anexo 10.	100
Anexo 11.	101
Anexo 12.	104
Anexo 13.	106
Anexo 14.	109

Didáctica de la Historia a través de la Educación Física: metodologías activas y significativas.

- Elaborado por Alejandro Larroya Pérez.
- Dirigido por Julián Pelegrín Campo.
- Depositado para su defensa el 22 de febrero de 2016.

Resumen

El presente trabajo se propone realizar una revisión teórica sobre una metodología innovadora para trabajar la Historia en Educación Primaria a través de la Educación Física, conectando dos áreas que, a priori, pueden parecer muy distantes en contenidos y objetivos, pero que ofrecen muchos puntos en común dentro del currículo de nuestra Comunidad Autónoma. Además se realiza una propuesta de actividades para llevar a cabo. Hoy en día, en cuanto a la enseñanza de la historia en edad escolar, no se suelen utilizar muchas metodologías que realmente impliquen al alumnado en su propio proceso de aprendizaje, que lo hagan protagonista de este proceso y que, por tanto, el proceso sea más significativo.

Abstract:

The aim of this work is to propose a theoretical review of an innovative methodology to study History in Primary Education through Physical Education, connecting two areas that seem very distant in content and objectives, although they offer a lot of common points in the curriculum of our region. In addition, it is proposed different activities to carry it out. Nowadays, in terms of teaching history to schoolchildren, it is rarely used many methodologies that really involve students in their own learning process, making the process more significant.

Palabras clave

Historia, Educación Física, Ciencias Sociales, Educación Primaria, metodologías activas, metodologías significativas, aprendizaje interdisciplinar.

1. INTRODUCCIÓN

El objetivo de este trabajo es realizar una revisión teórica que proponga argumentos a favor de unas metodologías más activas y significativas para desarrollar la enseñanza de la historia en Educación Primaria y que sustenten de manera adecuada la propuesta práctica que se lleva a cabo en el mismo trabajo.

El presente trabajo se centra en exponer esta idea, presentar detalladamente actividades mediante las cuales resulte posible llevarla a cabo, compararla y fomentarla para que puedan ser utilizadas por los docentes en centros de enseñanza, favoreciendo así un aprendizaje de los alumnos realmente significativo, relacionado con sus conocimientos previos y que no tenga como único objetivo memorizar datos, transmitirlos en un examen, para después ser olvidados.

Dentro del trabajo encontraremos diversas propuestas ejemplificadas acerca de cómo podríamos abordar estos contenidos históricos desde el área de Educación Física y se establecerán las relaciones que existen entre ambas áreas dentro del currículo.

Es de gran importancia establecer unos puentes cognitivos entre los aprendizajes previos de los alumnos y los conocimientos que van a adquirir para que los aprendizajes obtenidos sean significativos. Cabe destacar, por otra parte, la importancia de que los alumnos comuniquen todos estos conocimientos y sean los propios constructores de su proceso de aprendizaje.

Una manera de implicar al alumnado en este proceso (lo que constituye un aspecto fundamental en el proceso de enseñanza-aprendizaje) es llevar a cabo este tipo de metodologías, las cuales son más interesantes para él, más lúdicas y más activas, en las que los alumnos dejan de ser meros receptores de información y pasan a construir sus conocimientos.

Para el alumnado, practicar este tipo de actividades significa salir un poco de la rutina diaria de las clases dirigidas única y exclusivamente por el libro de texto y que dejan la imaginación, la creatividad y ese pensamiento divergente apartado de este proceso de enseñanza-aprendizaje.

2. MARCO TEÓRICO

2.1 Importancia de la enseñanza de la Historia en Educación Primaria

Según dictamina el currículo aragonés¹, la enseñanza de la historia en Educación Primaria está contextualizada dentro del área de Ciencias Sociales, la cual tiene como objetivo inculcar unos valores y unos aprendizajes que enseñen al alumno a vivir en sociedad.

Es importante definir la historia de una manera adecuada para comenzar a recalcar su importancia dentro de la educación de los alumnos. Muchas veces, el alumnado ve la historia como un "saber" al alcance de unos pocos y no como una realidad social, que nos implica a todos y cada uno de nosotros y, sobre todo, a nuestros antepasados. Resultaría difícil saber quiénes somos sin saber quiénes fueron y qué hicieron nuestros antepasados, lo que servirá al alumno para diseñar mejor su futuro.

La enseñanza de la historia es un aspecto fundamental para conocer el pasado, para analizar las causas y consecuencias de los hechos históricos acontecidos y para establecer identidades en los propios alumnos.

Según J. Prats (2001, p. 14), en su libro *Enseñar historia: notas para una didáctica renovadora*, la enseñanza de la historia es importante para la formación integral del alumnado (intelectual, social y afectivamente). La presencia de la Historia en la educación se justifica por muchas y variadas razones.

El estudio de la Historia servirá al alumnado para:

- Facilitar la comprensión del presente: la historia no explica el presente, sino el pasado. Y no es solo el relato del pasado, sino el análisis de este. Según defiende Prats (2001, p. 14) los argumentos que justifican esta finalidad de la historia como materia educativa son los siguientes:

¹ Orden de 16 de junio de 2014, de la Consejera de Educación, Universidad, Cultura y Deporte, por la que se aprueba el currículo de la Educación Primaria y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón.

- Permite analizar las tensiones temporales.
 - Estudia la causalidad y las consecuencias de los hechos históricos.
 - Permite construir esquemas de diferencias y semejanzas.
 - Estudia el cambio y la continuidad en las sociedades.
 - Explica la complejidad de los problemas sociales.
 - Potencia la racionalidad en el análisis de lo social, lo político, etc.
- Preparar a los alumnos para la vida adulta: para entender los problemas sociales, para situar la importancia de los acontecimientos diarios, para usar críticamente la información, en definitiva, para vivir con la plena conciencia ciudadana.
- Despertar el interés por el pasado, pues la historia explica y da coherencia a este pasado.
- Potenciar un sentido de identidad.
- Comprender sus propias raíces culturales y de la herencia común.
- Conocer y comprender otros países y culturas.
- Desarrollar facultades de la mente mediante un estudio disciplinado. El proceso que nos lleva a comprender la historia es un ejercicio intelectual basado en investigaciones sistemáticas y rigurosas.
- Conocer una metodología propia de historiadores. Las habilidades que se requieren para reconstruir el pasado pueden ser útiles para la formación del alumno
- La enseñanza de la historia nos permite enriquecer otras áreas del currículo, como literatura, música o filosofía, puesto que los contenidos que trabajamos en esta área nos aportan muchos datos y referencias históricas de estas otras disciplinas.

Según M. Feliu y X. Hernández (2011, p. 105) en su libro *12 ideas clave: Enseñar y aprender historia*, conocer las causas y consecuencias de los acontecimientos históricos puede servir a los alumnos para comprender la sociedad que les rodea, por qué las cosas son como son, qué ha provocado que hayan llegado a ser así. En resumidas cuentas, llegar a tener una idea explicativa del pasado y del presente para poder mejorar el futuro. Reconocer la causalidad histórica debe ser una competencia a adquirir en el periodo de Educación Primaria. Comprender la causalidad no es sencillo, pues los hechos no solo dependen de una sola causa, sino de varias, que son consecuencias de otras muchas causas, que se solapan en el tiempo en muchas ocasiones y que dependen muchas veces de decisiones personales y no de razones colectivas. Nunca hay una causa ni una consecuencia única. Esto nos lleva a identificar una serie de dificultades a la hora de que los alumnos adquieran estos conocimientos, pues muchas veces no son capaces de identificar más de dos causas o de identificar causas alejadas en el tiempo.

Todas las sociedades han estudiado la historia y se han planteado estas preguntas. "*La historia es una materia que, manoseada, adulterada, amordazada, falseada o enaltecida, siempre ha sido utilizada*" (Prats y Santacana, 2011, p. 19). No nos planteamos la posibilidad de que una sociedad no conozca su pasado, sus orígenes, su principio.

Otro aspecto de relevante importancia dentro de la enseñanza de la historia es la explicación del tiempo histórico: no todas las sociedades conciben el tiempo como la nuestra, de manera lineal, con un principio y un final. Algunas culturas y civilizaciones plantearon un proceso cíclico, sin principio ni final.

Dentro del estudio del tiempo, es importante centrarnos en estudiar conceptos como la simultaneidad, el cambio, la sucesión, los ritmos, la posición en el tiempo, la reversibilidad y la continuidad (Trepát y Comes, 1998, p. 44; Pluckrose, 1993, p. 33).

El tiempo histórico ayuda al alumno a comprender la estructura y regularidad de los cambios en el tiempo, a situar los procesos sociales en relación con el pasado, el presente y el futuro, a explicar por qué causas suceden los cambios y a asumir que la realidad social no es estática (Feliu y Hernández, 2011, pp. 24-25).

Para Prats y Santacana (2011, p. 26) aprender historia tiene una serie de funciones que influirán en el alumno de forma directa conforme se vayan adquiriendo los conocimientos necesarios:

- Función identitaria: mejora los lazos entre el colectivo, mejora la autoestima y crea identidades.
- Función propagandística: establece ideas positivas o negativas en aspectos políticos, modelos de organización social, ...
- Función ideológica: introduce nuevas ideas o sistemas ideológicos en los alumnos a través de la museografía.
- Función de memoria histórica: permite conocer y recordar el pasado de nuestra sociedad, mantener vivos todos esos recuerdos históricos.
- Función científica: conocer la evolución de la ciencia a partir del estudio de los inventos a lo largo del tiempo, los avances tecnológicos, biológicos, ...
- Función de fomento del ocio cultural: desarrolla el interés por la cultura en los alumnos a través de actividades como los viajes, el cine y el consumo en general de productos con contenido histórico.
- Función pseudodidáctica: la historia puede desempeñar también una función aparentemente didáctica, ejemplificante, de gran contenido moral. Incluso cuando la historia de los humanos no haya sido siempre un ejemplo de comportamiento, los moralistas han utilizado la historia para mostrar ejemplos de cómo deberíamos comportarnos y ejemplos de cómo no deberíamos comportarnos.
- Función de conocimiento escolar y aprendizaje: desarrolla en los alumnos cualidades intelectuales. Para ello, el enfoque que proporcionemos como docentes a las actividades de aprendizaje ha de ser activo y significativo, que

fomente el pensamiento crítico, que les lleve a establecer hipótesis, solucionar problemas, interpretar hechos, desarrollar la inteligencia emocional.

Como aspecto de relevante importancia, me gustaría destacar que la enseñanza de la historia contribuye de forma muy importante a adquirir unos valores de conciencia social realmente importantes para la formación personal del alumno, haciendo que este valore el patrimonio histórico, adquiera una responsabilidad social en los cambios históricos, respete a otras culturas y generaciones y empatice con ellas, comprendiendo la interculturalidad a raíz de meternos en su papel y experimentar. Para Feliu y Hernández (2011, p. 119) saber ponerse en el punto de vista de otra persona es una competencia importante, pues considerar cuáles son sus pensamientos y tenerlos en cuenta ayuda a relativizar las cosas. Las actitudes empáticas también pueden plantearse en clave temporal y pueden ayudarnos a reflexionar sobre el pasado (Hernández y Santacana, 1995). Pero ponerse en el punto de vista de personas del pasado es muy complicado, pues esa trasposición al pasado se realiza desde puntos de vista de la sociedad actual que no coinciden con las del pasado. Pero a pesar de ello, vale la pena practicar este tipo de ejercicios siempre y cuando los estudiantes sepan qué valores eran los dominantes en el periodo que se va a trabajar (Feliu y Hernández, 2011, p. 121). En educación primaria podemos comenzar a explorar la empatía reconstruyendo situaciones sencillas del pasado y explicando emociones y sensaciones con el uso de diferentes instrumentos o costumbres del pasado. En el presente trabajo, este aspecto se abordará desde la práctica de costumbres de nuestros antepasados como pueden ser los juegos tradicionales aragoneses.

2.2 Importancia de la Educación Física en Educación Primaria

Con respecto a la Educación Física, también me gustaría comenzar haciendo unas referencias a lo establecido por el currículo aragonés² de Educación Primaria. Desde el área de Educación Física se debe favorecer la adquisición de aprendizajes

² Orden de 16 de junio de 2014, de la Consejera de Educación, Universidad, Cultura y Deporte, por la que se aprueba el currículo de la Educación Primaria y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón.

motrices para integrarlos a la vida cotidiana e intentar apartarse de toda aquella competencia que no tenga nada que ver con la realidad cultural de los alumnos. No solamente busca trabajar sobre los aprendizajes motrices de forma aislada, sino también el desarrollo de la persona de forma global, en todos los aspectos, cognitivos, motrices, emocionales, interpersonales, etc.

Partiendo de esta base, dejamos atrás todas aquellas falsas creencias según las cuales la Educación Física solo es realizar actividad física, sudar la camiseta en las clases y aprender diferentes gestos técnicos asociados a cada deporte practicado durante las mismas. Las nuevas tendencias en la enseñanza de la Educación Física dejan atrás todos estos estereotipos para centrarse en un desarrollo global de la persona, más centrado en la resolución de problemas de manera exitosa y progresiva mediante diferentes modelos de aprendizaje según el momento evolutivo de cada alumno.

La enseñanza de la educación física debe centrarse en establecer un *clima tarea* en el aula donde los alumnos se centren en su propio desarrollo y evolución, mejoren y sean capaces de resolver problemas de manera adecuada, y no se centren en un *clima ego* basado en establecer marcas para ser superadas y evaluar con respecto a esa marca. Cada alumno tiene su nivel y su ritmo de desarrollo y no podemos exigir una determinada marca a todos por igual sin ser conscientes de las necesidades y capacidades de cada alumno. En Educación Física lo importante no es el movimiento realizado, sino la persona que lo realiza y sus capacidades.

Como ya he citado anteriormente, según el momento evolutivo del niño los modelos de enseñanza de las diferentes actividades tendrán una estructura u otra, en la que los alumnos establecerán hipótesis antes de actuar en unas ocasiones para resolver determinados problemas planteados o aprenderán de los resultados de sus acciones según hayan tenido éxito o no en las acciones previas. Michaud (2003)³ definió estos dos modelos de aprendizaje como *cognitivista* y *tener éxito y comprender*, respectivamente.

³ Citado en el material docente de la asignatura Educación Física en Educación Primaria, código 26624, impartida en la Universidad de Zaragoza (Campus de Huesca)

Las finalidades de la Educación Física pueden agruparse en torno a las siguientes:

- Adquirir conductas motrices.
- Desarrollar capacidades personales.
- Conseguir las competencias básicas.
- Crear hábitos saludables.
- Crear actitudes y valores.
- Adquirir elementos de la cultura corporal.

La Educación física nunca ha sido tan importante como en la actualidad como promotora de la salud, pues debemos conocer la influencia que tiene el establecimiento de programas adecuados de Educación Física en los centros educativos sobre la promoción de la actividad física y la salud. Debemos conseguir que todos los agentes educativos que influyen en el alumnado remen en un mismo sentido. De la Cruz et al. (1989) señalan como hábitos de salud en edades escolares una alimentación equilibrada (sin manipulaciones alimenticias salvo en la hidratación), el respeto del periodo entre la ingesta y la actividad física, una práctica del ejercicio físico frecuente, descansos y esfuerzos adecuados (sesiones de hasta 40 minutos), las posturas escolares y la higiene personal.

Cabe destacar que la finalidad de la educación para la salud no es evitar diferentes tipos de enfermedades sino promover estilos de vida saludables. Pero estos hábitos saludables vienen de conductas insertas en un determinado contexto, por lo que resultará difícil modificar estas conductas sin los cambios ambientales correspondientes (Perea et al., 2009, p. 16). El sedentarismo está causando graves problemas en la población joven de nuestro país, provocando casos de obesidad infantil cada vez más frecuentes. La reducción de la actividad física en los jóvenes los lleva a formas de ocio pasivo que acaban aumentando el riesgo de patologías asociadas al sedentarismo (obesidad y postura corporal en su mayoría).

Las recomendaciones para los jóvenes son la realización de por lo menos 60 minutos de actividad física diaria, ya sea de manera continuada o intermitente. Mínimo 90 minutos al día si realmente queremos prevenir el riesgo de enfermedades cardiovasculares (Biddle et al., 1998; Cavill et al., 2001).⁴

En las clases de Educación Física se suele perder mucho tiempo de cada sesión en todos los aspectos organizativos (de elaboración de grupos, colocación de material y explicaciones de la actividad) y el tiempo de práctica y queda bastante reducido, algo que cada docente ha de mejorar para fomentar este tiempo de actividad física diaria, a la vez que para incrementar el tiempo dedicado en sus clases a los aprendizajes planteados y aprovechar al máximo la práctica.

Según Sallis, Prochaska y Taylor (2000, p. 970) debemos tener en cuenta los factores que hacen posible la realización de la actividad física en los alumnos. Existen una serie de factores que facilitarán y reforzarán la práctica de actividad física como:

- Factores ambientales: espacios de práctica. Facilidades para hacer deporte/actividad física...
- Factores comportamentales: hábitos de vida.
- Factores biológicos/demográficos: sobrepeso, género, edad, status socioeconómico.
- Factores emocionales.
- Factores sociales y culturales: influencias de los padres, amigos, escuela (Modelo ecológico del desarrollo, Bronfenbrenner, 1979).

⁴ Biddle, S.J. y Fox, K.R. (1998). Motivation for physical activity and weight management. *International journal of obesity and related metabolic disorders*, 22 (Suppl 2), 39-47.

Cavill, N.A., Biddle, S.J. y Sallis, J.F. (2001). Health enhancing physical activity for young people: statement of the UK expert consensus conference. *Pediatric Exercise Science*, 13, 12-25.

Citado en el material docente de la asignatura Educación Física en Educación Primaria, código 26624, impartida en la Universidad de Zaragoza (Campus de Huesca).

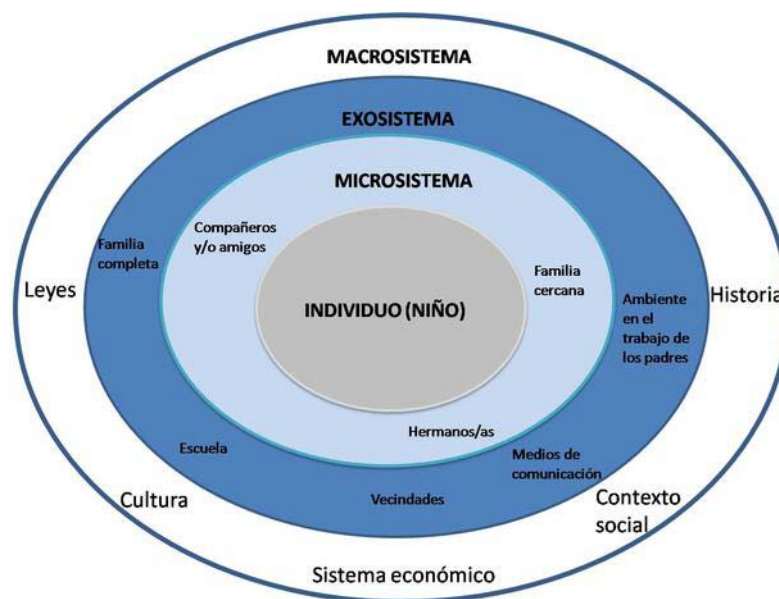


Figura 1. Modelo ecológico del desarrollo (Bronfenbrenner, 1979).

Además de estos factores ya mencionados, podemos encontrar otra serie de factores que son los que predispondrán al alumnado a realizar actividad física, que serán el disfrute obtenido de la práctica de la misma y el sentimiento de competencia que cada uno tenga al realizar dicha actividad (Welk, 2002, p. 68). La percepción de competencia se refiere a las creencias individuales sobre la capacidad para encontrar el éxito en ámbitos que son significativos para el sujeto. (Hagger, Chatzisarantis y Biddle, 2001, p. 3)

¿Como puede influir el profesor de Educación Física mediante sus actuaciones en estos aspectos? Según Deci y Ryan (2002, p. 11) debemos buscar en el alumnado la motivación intrínseca, que supone el compromiso con la actividad porque esta le resulte placentera y se sienta competente para alcanzar situaciones de éxito. Para ello, el profesor de Educación Física debe favorecer la competencia percibida por el alumno, fomentar la autonomía y la relación con los demás, promover metas orientadas al proceso (*clima tarea*) favorecer la diversión en las clases y evitar el efecto Pygmalión (expectativas del profesor). El profesor debe poner énfasis en el progreso individual y la mejora, asegurar las oportunidades de aprendizaje a todo el alumnado y que cada alumno pueda autovalorarse a sí mismo y respetar los ritmos de aprendizajes de sus compañeros.

Díaz Lucea (1994, p. 62) establece que la educación física desempeña una serie de funciones importantes. Tales funciones son las siguientes:

- Función de conocimiento: el alumnado debe conocer su cuerpo y las posibilidades de movimiento de este en independencia del medio y en relación directa con este.
- Función anatómico-funcional: el alumno debe desarrollar una serie de capacidades motrices en diferentes situaciones y para distintos fines.
- Función estética y expresiva: a través de las manifestaciones artísticas basadas en la capacidad expresiva que tiene nuestro cuerpo y en el movimiento como manifestación estética.
- Función comunicativa y de relación. comunicarse mediante la expresión del cuerpo nos posibilita la relación con el resto de individuos, factor importante en estas edades, pues los niños deben sentirse bien con los demás y alcanzar interacciones adecuadas y provechosas.
- Función higiénica: se debe enseñar al alumnado a mantener una higiene corporal adecuada, manteniendo el cuerpo activo y sano para mejorar la salud y el estado físico.
- Función agonística: se refiere a demostrar la destreza en competición con los demás. No debemos confundir esta función con premiar los resultados, por ejemplo. Debemos promover esta función desde el punto de vista de la cooperación y el trabajo en equipo siempre buscando el esfuerzo para la mejora. Tenemos que hacer que los alumnos interioricen que ganar no es lo importante.
- Función catártica y hedonista: el alumno debe aprender que mediante la actividad física y deportiva puede disfrutar mucho y a la vez liberarse de ciertas tensiones acumuladas y relajarse.
- Función de compensación: mediante la actividad física el alumno puede combatir el sedentarismo y compensar las restricciones del medio.

2.3 Aprendizaje interdisciplinar

Debido al carácter interdisciplinar de este trabajo, qué menos que mencionar en uno de los apartados del mismo las posibles aportaciones que nos ofrece este tipo de enfoque, hablar de sus orígenes, de cómo se justifica en el currículo, en qué consiste y por qué considero importante para trabajar con el alumnado del Educación Primaria.

Según dictamina la *Orden de 16 de junio de 2014, de la Consejera de Educación, Universidad, Cultura y Deporte, por la que se aprueba el currículo de la Educación Primaria y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón*, "la Educación Primaria comprende seis años académicos, que se cursarán ordinariamente entre los seis y los doce años de edad, y se organiza en áreas, que tendrán un carácter global e integrador". Esta afirmación justifica el enfoque de la propuesta realizada: si hablamos de un carácter global e integrador, debemos aplicarlo a todos los ámbitos posibles. No podemos aplicar esa globalidad solamente a los contenidos dentro de una misma área o a las competencias básicas, sino que debemos saltar esa barrera que separan las disciplinas académicas y comenzar a trabajar desde otro enfoque, que ponga en contacto contenidos de diferentes áreas y que permita trabajarlos de forma conjunta y significativa.

Podemos decir que la interdisciplinariedad se refiere a la "comunicación entre dos o más disciplinas que tienen por objeto abordar problemas complejos donde la interacción puede ser desde la simple comunicación de ideas hasta la integración de las teorías involucradas en tal interacción, de los conceptos fundamentales, de los datos y del método de investigación. Sin embargo, en esa colaboración recíproca, cada disciplina conserva intacto su objeto y se acerca a las otras, en la medida en que encuentra algunos puntos de articulación que le permiten visualizar un mismo objeto, aunque en aspectos y desde enfoques siempre diferentes, ya que cada ciencia conserva su especificidad" (Medina, 2002).

Según J. Torres (2000, p. 47), en el siglo XX existió una reorganización del conocimiento que dio lugar a nuevas dinámicas, una de las cuales se centra en disciplinas que comparten objetos de estudio, parcelas de un mismo tema o metodologías de investigación que llegan a comunicarse y coordinarse de tal manera

que alcanzan nuevos ámbitos de conocimiento interdisciplinares. En las últimas décadas es una realidad que existen múltiples institutos, centros y fundaciones de estudio e investigación interdisciplinares, que buscan la solución a diferentes problemas que para poder ser abordados necesitan del concurso de varios campos de conocimiento. La complejidad del mundo y de la cultura actual nos obliga a ver los problemas desde diferentes perspectivas, tantas como áreas de conocimiento.

El estudio de la Historia se caracteriza por ser primordialmente interdisciplinar, ya que la investigación de los fenómenos sociales no es patrimonio de una sola disciplina, sino que requiere del concurso de diversas profesiones que permitan con sus respectivos enfoques y herramientas un análisis más completo y consistente de los problemas (Rojas y Soriano, 2000).

En el caso de esta propuesta, las dos áreas con las que vamos a trabajar son la Educación Física y las Ciencias Sociales, pero alguna de las actividades propuestas puede ampliar este abanico y ofrecernos la posibilidad de trabajar también junto a las Ciencias Naturales y la Educación Artística.

2.4 Metodologías activas y significativas en la enseñanza de la Historia

Actualmente, en nuestro país, existen muchos centros educativos donde la enseñanza de la historia se ejerce de una manera pasiva, utilizando metodologías que no sitúan al alumnado en el centro del aprendizaje, no lo hacen protagonista del mismo. Para afirmar esto me baso en mi propia experiencia como alumno dentro del sistema educativo, por un lado, y por otro en las prácticas que he podido realizar en diferentes centros escolares de la provincia de Huesca.

Uno de los principales aspectos que debemos tener presente para contar con un alumnado motivado e interesado en la materia que estamos impartiendo es implicar a este alumnado en su propio proceso de aprendizaje, teniendo en cuenta sus intereses a la hora de programar las tareas de aprendizaje y haciéndole protagonista del mismo. Plantear tareas activas siempre va a llamar más su atención que las tareas en las que el maestro sea el que imparta los conocimientos para ser directamente adquiridos por los alumnos. El maestro debe pasar a un segundo plano,

en el que facilite que el alumnado se haga con los conocimientos esperados, que ejerza de guía en el proceso de aprendizaje.

No solo debemos centrarnos en colocar al alumnado en el centro de su proceso de aprendizaje y hacerlo protagonista, sino que debemos utilizar metodologías que pongan en contacto los nuevos conocimientos que queremos impartir con los conocimientos previos del alumnado con respecto a ese tema, lo que comúnmente definió Ausubel (1986) como "aprendizaje significativo".

Existen muchas metodologías diferentes para trabajar la historia de este modo, metodologías que nos aportan mucho más que las que actualmente conocemos y ponemos en práctica en los centros educativos. A continuación voy a explicar algunos de los ejemplos de este tipo de metodologías y sus aportaciones:

- Aprendizaje basado en problemas (ABP): nos referimos a un proceso de investigación en el que damos respuesta a diferentes problemas o fenómenos de la vida. La primera toma de contacto con la investigación tiene que verse iniciada por parte del docente, para más adelante compartir este proceso de investigación con los alumnos, y que por último se vea ejecutado libremente por los alumnos. Responde a una metodología centrada en el alumno y en su aprendizaje. A través del trabajo autónomo y en equipo los estudiantes deben lograr los objetivos planteados en el tiempo previsto. Esta metodología favorece la posibilidad de interrelacionar distintas materias o disciplinas académicas. Para intentar solucionar un problema los alumnos pueden necesitar recurrir a conocimientos de distintas asignaturas ya adquiridos.

Dewey (2008)⁵ plantea el método del problema en cinco fases:

1. Consideración de la experiencia real del niño
2. Identificación de un problema o dificultad a partir de esa experiencia
3. Recopilación e inspección de los datos disponibles
4. Formulación de una hipótesis para su solución
5. Comprobación de esa hipótesis por la acción.

⁵ Citado en el material docente de la asignatura Didáctica de las Ciencias Sociales II, código 26630, impartida en la Universidad de Zaragoza (Campus de Huesca).

- Aprendizaje por proyectos: en el aprendizaje por proyectos implicamos a los alumnos en la elección del tema que vamos a tratar, les permitimos ser los propios protagonistas en cuanto a la elección, la investigación y la organización dentro del proyecto. Esto favorece, como he dicho anteriormente, el interés del alumnado en la tarea y, por ello, su implicación. Es muy importante el proceso de realización de todo el proyecto a la hora de evaluar, pues no nos centraremos en el producto final, sino en el proceso.

Según afirman Amor y García (2012) el trabajo con proyectos se sustenta en unos principios pedagógicos:

- Aprendizaje significativo: relacionar los nuevos aprendizajes que deben ser adquiridos con los conocimientos previos del alumno, para que este vaya atribuyendo significados y estableciendo una red de conocimientos.
- Actitud favorable para el aprendizaje: conseguiremos esto implicando al alumno en el proceso de aprendizaje, partiendo de sus intereses y motivaciones.
- El sentido de funcionalidad: todo lo aprendido debe ser una herramienta para la resolución de problemas.
- La globalidad: no debemos hablar de materias aisladas
- La identidad y la diversidad: deben ser la base del trabajo en el aula tomando la individualidad de cada sujeto como algo a respetar y propiciando la integración de los intereses individuales en proyectos colectivos.
- El aprendizaje interpersonal activo: la base de esta metodología será el trabajo en equipo. Debemos promover que los alumnos dispongan de interacciones productivas, intercambios de ideas que les sirvan para aprender y mejorar.
- La investigación sobre la práctica.

- Memorización comprensiva de la información: si la memorización no es comprensiva estamos incumpliendo el primer punto clave de la metodología, fomentar un aprendizaje significativo.
- La evaluación procesal: analizar y evaluar el proceso durante la fase de aprendizaje y no solo el producto final.

El desarrollo de un proyecto tiene una serie fases que Arias y Rial (1996, p. 16) establecen del siguiente modo:

Tabla 1. Fases de desarrollo de un proyecto.

1. ¿Qué nos interesa...?	Motivación (nos interesamos por...)
2. ¿Qué sabemos ya sobre...?	Ideas previas.
3. ¿Qué queremos saber/ hacer sobre...?	Definición del proyecto (tema y título, objetivos de estudio...)
4. ¿Qué información necesitamos? ¿Dónde buscamos la información?	Fuentes de información. Estructuras de información. Elaboración del índice.
5. ¿Cómo nos organizamos?	Plano de acción. Realización del trabajo.
6. ¿Evaluamos el proceso/resultados?	Síntesis/ Conclusiones. Nuevos proyectos.

- Aprendizaje por estudio de caso: El aprendizaje por estudio de caso nos permite trabajar temas históricos concretos y poder construir visiones generales a través de ellos. Podemos describirlo como un proceso didáctico que busca la descripción, el análisis y la interpretación de un caso de estudio de forma compleja. Nos sirve para promover el conocimiento teórico de un problema y es una de las mejores maneras de empezar con el estudio de la complejidad del sistema social, tanto en el presente como en el pasado.

El estudio de caso nos permite también construir reflexiones generales a través de casos particulares o transferir conocimientos generales al análisis de casos particulares (Prats, 2001, p. 54). Puede ir de lo particular a lo general y de lo general a lo particular. Por otro lado, este estudio nos acerca a la realidad de manera que podamos observar su dimensión y su profundidad. De unas cuestiones nos van surgiendo otras que constituyen su fondo estructural, y por ello consideramos que tiene un carácter holográfico.

Según Prats (2001, p. 55) su tipología podemos clasificarlos de la siguiente manera:

- En función de la realidad tratada pueden ser casos verdaderos o casos simulados.
- En función de su lugar en el currículum pueden ser aislados o integrados. Los aislados serían una estrategia para romper la monotonía de una clase convencional. El estudio integrado lo consideraríamos como una unidad didáctica más, secuenciada y con sus respectivos objetivos.
- En función de la actividad requerida plantearemos casos cerrados o abiertos, donde dirigiremos al estudiante hacia un conocimiento delimitado o estará abierto a nuevas posibilidades, indagaciones, nuevos problemas, etc.
- En función de su orientación metodológica pueden ser expositivos, usando el rol o como juegos de simulación. En los expositivos toda la información vendrá organizada en forma de dossier. Los juegos de simulación y los que utilizan la técnica de rol vienen en ocasiones unidos y suelen fomentar más la motivación del alumnado.
- En función de los recursos empleados podemos transmitir la información en documentos escritos y los que utilizan soporte informático a través de aplicaciones multimedia.

Las ventajas de los estudios de caso es que potencian la enseñanza activa, establecen puentes entre sus conocimientos teóricos y los casos concretos, trabajan la causalidad que ya he citado anteriormente y permite la comprensión de posiciones diferentes ante un caso. Aunque también podemos encontrar algunas desventajas como que los aspectos que tratamos han de ser completados con otras unidades y la dificultad de la construcción de los casos.

2.5 Relación de ambas áreas dentro del currículo aragonés de primaria

Relacionar dos áreas tan "diferentes" en contenido a priori puede parecer algo difícil de llevar a cabo, pero desde este apartado quiero demostrar que no nos encontramos ante dos áreas tan distantes, sino que con respecto a los elementos que componen el currículo, podemos encontrar bastantes semejanzas entre ambas áreas (contenidos de una que podemos relacionar con los de otra y objetivos con los que ocurre exactamente lo mismo). Por supuesto, hablaremos también de el conjunto de contenidos no comunes entre las dos áreas pero que nos servirán para diseñar las tareas de aprendizaje del marco práctico de este trabajo.

Voy a seguir el orden del currículo y comenzaré hablando de los objetivos generales con los que podamos establecer relaciones entre las dos áreas. No comienzo hablando de las competencias, pues ambas asignaturas las comparten (cada materia debe contribuir al desarrollo de las competencias básicas) a pesar de contribuir a cada una de ellas de manera diferente.

- Objetivos:

Tabla 2. Relación de los objetivos de Ciencias Sociales y Educación Física.

Objetivos CC.SS.	Objetivos E.F.
Obj.CS1. Desarrollar hábitos de trabajo individual de esfuerzo, responsabilidad y constancia en el estudio y reflexión sobre el propio proceso de aprendizaje, así como actitudes de confianza en sí mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad, haciéndose partícipe de la dinámica del aula e impulsando su preparación para el ejercicio activo de una ciudadanía democrática.	Obj.EF7. Conocer y practicar juegos y actividades deportivas, con diversas formas de interacción y en diferentes contextos de realización, aceptando las limitaciones propias y ajenas, aprendiendo a actuar con seguridad, trabajando en equipo, respetando las reglas, estableciendo relaciones equilibradas con los demás y desarrollando actitudes de tolerancia y respeto que promuevan la paz, la interculturalidad y la igualdad entre los sexos, y evitando en todo caso, discriminaciones por razones personales, de sexo, sociales y culturales.
Obj.CS2. Desarrollar actitudes de cooperación y de trabajo en equipo, respetando y aceptando las diferencias de personas, culturas, ideas y aportaciones y utilizando el diálogo como forma de llegar a un consenso, evitar y resolver conflictos	Obj.EF3. Practicar actividades físicas en el medio natural o en el entorno próximo, conociendo y valorando los lugares en los que se desarrollan, participando de su cuidado y conservación e integrando aspectos de seguridad vial y de prevención de accidentes.
Obj.CS5. Identificar y valorar los principales elementos del entorno físico, social y cultural más próximo de los pueblos y ciudades de Aragón, analizando su organización, sus características e interacciones y profundizando progresivamente en ámbitos espaciales de Aragón, España y la Unión Europea.	Obj.EF9. Conocer, practicar y valorar actividades físicas, deportivas y artísticas propias de Aragón.
Obj.CS7. Analizar algunas manifestaciones de la intervención humana en el medio, valorándola críticamente y adoptando un comportamiento en la vida cotidiana de defensa, conservación y recuperación del rico y variado patrimonio natural y cultural de Aragón.	

Obj.CS3. Utilizar las Tecnologías de la Información y Comunicación para la búsqueda, organización y elaboración de la información, desarrollando un espíritu crítico ante lo que encuentra, elabora y produce.	↔	Obj.EF10. Confeccionar proyectos encaminados al desarrollo de un estilo de vida activo, crítico y saludable, usando su capacidad de buscar, organizar y tratar la información y siendo capaz de presentarla oralmente y/o por escrito, apoyándose en las Tecnologías de la Información y la Comunicación.
--	---	---

En el cuadro que he elaborado, podemos analizar los objetivos que se encuentran más relacionados de las dos áreas. Sin embargo, cabe destacar que muchos objetivos podrían compararse no solo con el que tienen al lado, sino con muchos de los demás objetivos expuestos en el cuadro.

- Contenidos:

A la hora de hablar de los contenidos que ambas áreas comparten, lógicamente vamos a tener que separarlos en cursos diferentes, pues no encontramos los mismos contenidos a lo largo de los diferentes cursos, de lo contrario podríamos relacionar muchos contenidos que no tendrían relación en cuanto al momento evolutivo en el que son impartidos en las aulas.

En este apartado no solamente vamos a ver los contenidos comunes, sino todos los contenidos que son interesantes para trabajar entre las dos áreas aunque no aparezcan compartidos en ellas. Elegiremos los cursos de 4º, 5º y 6º de Primaria, pues son los cursos en los que comienzan a aparecer contenidos de historia como tal en el currículum y que nos servirán para diseñar las actividades de la parte práctica y justificarlas.

Para encontrar contenidos en común de ambas áreas debemos movernos en el bloque 6 de Educación Física (Gestión de la vida activa y valores) que es del que podremos extraer aspectos en común que nos hablan de fenómenos sociales y culturales. En cuanto al área de ciencias sociales, hablaremos siempre en concreto del bloque 4, Las huellas del tiempo, referente a la didáctica de la historia.

Es lógico que no encontremos muchos contenidos en común, pues los de Educación Física estarán más centrados en el desarrollo de las capacidades motrices según las actividades dentro de cada bloque de contenidos y los de ciencias sociales en contenidos históricos, pero aún así, podemos observar que coinciden en algún punto. Estos son los contenidos comunes que podemos relacionar dentro de las dos áreas:

Tabla 3. Contenidos comunes de Ciencias Sociales y Educación Física

CC.SS.	E.F.
Bloque 4: Las huellas del tiempo.	Bloque 6: Gestión de la vida activa y valores.
- Nuestro patrimonio histórico cultural	<p>- La actividad física, el juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales. Reconocimiento e identificación de diferentes tipos de actividades.</p> <p>- Práctica de juegos, juegos tradicionales, deportes (en sus diversas manifestaciones) o actividades artísticas de distintas culturas, especialmente los de las presentes en el entorno aragonés, y reconocimiento de su riqueza cultural, historia y origen.</p>

A continuación observamos los contenidos no comunes pero que justifican las actividades planteadas. En cada tabla aparecerán los contenidos utilizados en cada una de las actividades expuestas en este trabajo.

Tabla 4. Contenidos de las dos áreas trabajados en cada actividad.

4º E.P. Orientación y Edad Antigua (Romanización y Juegos Olímpicos)	
CC.SS.	E.F.
Bloque 4: Las huellas del tiempo.	Bloque 4: Acciones motrices en el medio natural.
Edad Antigua. Civilizaciones de la Antigüedad. La romanización.	Orientación: conocimiento del plano, localización de puntos, orientación del plano, seguimiento de trayectorias, ataque a la baliza, uso de brújula, etc.

4º E.P. Senderismo y Prehistoria	
CC.SS.	E.F.
Bloque 4: Las huellas del tiempo.	Bloque 4: Acciones motrices en el medio natural.
La prehistoria. Paleolítico. Neolítico. Edad de los Metales.	- Preparación y realización de un proyecto de acción en el medio natural (excursiones, acampadas, cicloturismo, orientación, esquí náutico, vías verdes, etc.) de acuerdo con las posibilidades del alumnado, del centro y respetando los principios

	<p>de seguridad activa y pasiva.</p> <p>- Organización de las actividades: determinación de límites espaciales y temporales de las actividades/situaciones, anticipación de permisos oportunos, vigilancia de la climatología, preparación de mochilas dependiendo si son salidas cortas o largas, indumentaria apropiada, protocolo de accidentes, préstamo entre alumnado de material, realización previa de la ruta (confeccionar una presentación para informar de la ruta -ir sin ir-, planificación paradas,...), etc.</p> <p>- Gestión y regulación de la energía con el fin de llegar a buen término una actividad en el medio natural con economía y eficacia; funcionamiento como grupo en una salida en el medio natural; principios de seguridad activa y pasiva;</p>
--	---

5º E.P. Al-Ándalus y senderismo	
CC.SS.	E.F.
Bloque 4: Las huellas del tiempo	Bloque 4: Acciones motrices en el medio natural.

<p>- España en la Edad Media: invasiones germánicas, el reino visigodo, al-Ándalus, reinos cristianos.</p>	<p>- Preparación y realización de un proyecto de acción en el medio natural (excursiones, acampadas, cicloturismo, orientación, esquí nórdico, vías verdes, etc.) de acuerdo con las posibilidades del alumnado, del centro y respetando los principios de seguridad activa y pasiva.</p> <p>- Organización de las actividades: determinación de límites espaciales y temporales de las actividades/situaciones, anticipación de permisos oportunos, vigilancia de la climatología, preparación de mochilas dependiendo si son salidas cortas o largas, indumentaria apropiada, protocolo de accidentes, préstamo entre alumnado de material, realización previa de la ruta (confeccionar una presentación para informar de la ruta -ir sin ir-, planificación paradas,...), etc.</p> <p>- Gestión y regulación de la energía con el fin de llegar a buen término una actividad en el medio natural con economía y eficacia; funcionamiento como grupo en una salida en el medio natural; principios de seguridad activa y pasiva;</p>
--	--

5º E.P. Juegos Olímpicos y actividades atléticas	
CC.SS.	E.F.
Bloque 4: Las huellas del tiempo.	Bloque 1: Acciones motrices individuales.
<p>- Edad Antigua. Civilizaciones de la Antigüedad. La romanización.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Actividades atléticas: correr, lanzar, saltar. - Carreras de velocidad: salida rápida, carrera recta y finalización rápida. - Salto de longitud: diferenciación y encadenamiento de una carrera y de un salto hacia delante a partir de un límite, determinación y uso del pie de batida, organización de una carrera de impulso eficaz, organización de una trayectoria aérea. - Lanzamientos: determinación del brazo lanzador, diferenciación y adaptación de las formas de lanzamientos en función del objetivo, la finalidad y el espacio de recepción (empuje, rotación, flexión de brazo), trayectorias del objeto, impulso previo de los lanzamientos.

6º E.P. Patrimonio histórico y juegos tradicionales	
CC.SS.	E.F.
Bloque 4: Las huellas del tiempo	<p>Bloque 2: Acciones motrices de oposición</p> <p>Bloque 3: Acciones motrices de cooperación y cooperación-oposición.</p> <p>Bloque 6: Gestión de la vida activa y valores.</p>
- Nuestro patrimonio histórico y cultural.	<p>B. 2. Actividades de adversario/contacto/luctatorias: juegos tradicionales (tiro de soga, etc.).</p> <p>B. 3. Actividades de cooperación: juegos tradicionales (comba, torres humanas, etc.)</p> <p>B. 6. Práctica de juegos, juegos tradicionales, deportes (en sus diversas manifestaciones) o actividades artísticas de distintas culturas, especialmente los de las presentes en el entorno aragonés, y reconocimiento de su riqueza cultural, historia y origen.</p>

3. MARCO PRÁCTICO

3.1 Contexto de desarrollo de las actividades

Me gustaría comenzar esta parte práctica haciendo una pequeña contextualización de las tareas de aprendizaje que se van a desarrollar más adelante en este apartado, puesto que alguna de ellas pudo ser llevada a cabo en las prácticas que realicé durante el curso anterior y me gustaría dar a conocer el contexto en el que fueron desarrolladas y sus resultados.

El centro es el colegio San José de Calasanz de Barbastro (Huesca), en la comarca del Somontano de Barbastro (ver figura 2).



Figura 2. Mapa de la Comarca del Somontano de Barbastro

Debo destacar en este apartado que durante el periodo de Prácticas Escolares que realicé en este centro durante el curso académico 2014-2015 pude llevar a cabo la actividad de orientación y Juegos Olímpicos antiguos. Los resultados fueron muy buenos, pues en la reflexión final que solíamos realizar al término de cada sesión los alumnos me comentaron que les pareció especialmente atractivo el hecho de llegar a una pista y no encontrarse con una baliza convencional como puede ser un código numérico, sino que encontraban pistas y enigmas que resolvían preguntas históricas. La evaluación de esta actividad se llevo a cabo mediante los instrumentos de Educación Física únicamente, pues se trataba de las prácticas de la mención de Educación Física.

3.2 Orientaciones metodológicas

La metodología llevada a cabo en estas propuestas consiste en metodologías activas, lúdicas y significativas, en las que el alumnado es el que ocupa el papel central en todo el proceso de enseñanza-aprendizaje, siendo el maestro un guía en dicho proceso.

Teniendo en cuenta el enfoque globalizador que caracteriza a esta etapa educativa, el juego es una actividad imprescindible para el adecuado desarrollo físico, psíquico y social de los alumnos. Las metodologías lúdicas responden a la necesidad básica y natural del niño y de la niña de jugar. El juego como contenido y como estrategia de presentación de otros contenidos del área, debe tener una presencia muy significativa en las sesiones, convirtiéndose en el principal elemento motivador de las mismas y en el medio preferente de aprendizaje motor, social, emocional y cognitivo.

En la aplicación de las sesiones, el alumno no ha de ser un mero realizador de las actividades propuestas, sino que debemos incidir en que sea el protagonista de su propia acción motriz. Los métodos de enseñanza-aprendizaje por descubrimiento guiado, resolución de problemas y asignación de tareas adquieren un gran significado para que el alumno explore y descubra sus posibilidades de movimiento, además de seleccionar y aplicar los movimientos más adecuados a los estímulos

perceptivos de los diferentes juegos. En todas las propuestas de actividades que se van a desarrollar en el presente trabajo las tareas serán abiertas para que cada alumno responda de manera individualizada y adaptada a sus posibilidades.

3.3 Justificación de las actividades

Creo que es importante dedicar un espacio a hacer una pequeña referencia previa a las actividades y la justificación de las mismas. La propuesta de actividades que realizo está diseñada para llevarse a cabo de manera intercalada entre las unidades didácticas correspondientes, pues no podemos mezclar los contenidos de todas las actividades y realizar en un mes actividades tan diferentes de manera aislada. Cada tipo de actividad necesita su progresión (por ejemplo, en orientación no podemos empezar directamente con un juego de pistas sin saber antes orientar el plano o situarnos en él) y dentro de esta progresión es donde integraremos las actividades planteadas para salir de esa convencionalidad que en ocasiones se puede dar en las aulas. Por ello, en el apartado donde se desarrollan las actividades quedará indicada la fase de la unidad didáctica a la que pertenece la misma.

Dentro de la justificación de cada actividad hablo de actividades que podrían ser interesantes para complementar dicha sesión pero no procedo a su desarrollo, pues como acabo de mencionar anteriormente, la propuesta consiste en exponer las posibilidades que la Educación Física y la historia nos ofrecen como tándem. Estas actividades previas, por supuesto, siguen la metodología planteada para este proyecto, y se trataría de tareas en las que predomine el aprendizaje significativo mediante metodologías activas. En el apartado que se encuentra a continuación se podrán observar brevemente qué tipo de actividades se plantean como previas.

Evidentemente, sería complicado aunque no imposible plantear una unidad didáctica completa que pueda ser útil para adquirir significativamente los contenidos de las dos áreas. La propuesta de estas actividades no es hacer una U.D, sino que podamos ver la multitud de probabilidades que las dos áreas nos ofrecen para poder ser trabajadas juntas, para poder ver todas las actividades que, aunque pensemos que

no tienen nada que ver, pueden llegar a ofrecer contenidos interesantes si las diseñamos de una manera adecuada.

La primera actividad para 4º de Educación Primaria se basará en contenidos de orientación por parte del área de Educación Física y en la romanización en cuanto a historia. La civilización romana es una de las más conocidas en lo referente a la Historia. Todos conocemos algo sobre la Antigua Roma y su cultura, pues el Imperio Romano es de los más relevantes que existieron y el que más se ha utilizado en lo que a recursos didácticos se refiere. Por ello he decidido trabajar este contenido en esta actividad. En cuanto a las sesiones previas a la actividad que se va a desarrollar, disponemos de una gran ventaja que es la riqueza de recursos que podemos encontrar sobre este tema y la variedad de metodologías activas, significativa y lúdicas que esto nos permite poner en práctica. Las sesiones previas pueden centrarse en la búsqueda de información en Internet guiada por el maestro y la elaboración de materiales expositivos para conocer este antiguo imperio y situarlo en el eje cronológico. La tarea de aprendizaje consistirá en un juego de orientación en el cual el alumnado deberá encontrar una serie de balizas que no contendrán códigos, sino preguntas de contenido histórico acerca de la romanización que les llevarán de un punto del plano a otro. El plano también estará modificado y adaptado al tema de la romanización, utilizando términos y lugares propios del mismo. He elegido esta actividad porque los juegos de orientación nos aportan esa posibilidad de transmitir los contenidos que queramos utilizándolos como balizas o utilizando el plano para ello sin perder los contenidos esenciales del trabajo de orientación como seguir trayectorias, localizarnos en el plano, localizar puntos, ...

En esta misma línea de trabajo (juegos de orientación con contenidos históricos como balizas) se puede plantear otra actividad para 4º de Educación Primaria que introduce al alumno en el conocimiento de los Juegos Olímpicos antiguos como parte de la civilización grecorromana. Quiero destacar antes de nada que esta actividad ha sido la única en la que el material no es de elaboración propia, sino que ha sido extraída de la asignatura de la mención de Educación Física *Actividades físicas en el medio natural*, código 26657 (todo el material, mapas y demás ha sido adaptado por mí al contexto del centro). La tarea de aprendizaje consistirá en un juego de orientación en el cual el alumnado deberá resolver una serie de pruebas con

las que se encontrará en cada punto del plano y a las que se dará respuesta con respuestas escondidas en el mismo plano o descifrando códigos.

La sesión de atletismo diseñada para 5º de Educación Primaria será la que reúna las actividades atléticas (como saltar, correr y lanzar) con las civilizaciones antiguas y cómo y cuándo se celebraban los Juegos Olímpicos en la antigüedad. Quiero citar en este apartado que los contenidos históricos trabajados en esta actividad no corresponden exactamente a lo establecido en el currículo, pero debido al carácter global de esta etapa educativa, no está fuera de lugar volver al repaso o ampliación de unos contenidos ya trabajados durante el curso anterior. Los juegos olímpicos son conocidos por la mayoría de la gente, sin embargo no todos saben cómo surgieron ni cómo se practicaban. El aspecto relevante de esta actividad, además de la adquisición de los objetivos, claro está, es la gran variedad de habilidades que podemos trabajar en una sesión y que aportan dinamismo a la tarea. Esta sesión (junto a las actividades de orientación de la romanización y de los Juegos Olímpicos) es una de las más ricas para poder ser complementada con sesiones previas y posteriores, pues las civilizaciones griega y romana disponen de una amplia variedad de recursos informáticos para ser trabajadas, documentales, libros informativos, juegos... Durante estas actividades previas, el planteamiento sería realizar mediante metodologías activas como las citadas anteriormente (ABP, estudios de caso, juegos de contenido histórico tanto de rol como virtuales,...), actividades que les contextualicen en la antigua Grecia, que les hagan aprender a situar esa civilización espacial y temporalmente.

Las dos actividades de senderismo e historia que se justifican a continuación han requerido de una fase de diseño, en la cual: 1) se ha realizado una elección del sendero que se llevará a cabo considerando las posibilidades del alumnado y del centro en cuanto a desplazamientos (se han intentado que sean lo más cerca posible); y 2) se han analizado y realizado los recorridos estableciendo los contenidos que en él se podrán observar y vivenciar durante la salida.

En cuanto a la actividad para 5º de Educación Primaria cabe destacar que nos encontramos ante una de las que más llaman la atención del alumnado por ser la que más se aparta de la convencionalidad del día a día en el aula. Los musulmanes se asentaron en la Península Ibérica durante casi ocho siglos, desde el año 711 hasta el

1492, por lo que dejaron en nuestro territorio una herencia muy rica en lo cultural y que es de suma relevancia para nuestro alumnado. Esta actividad implica una salida de larga duración de senderismo por la ruta de las pasarelas de Alquézar y que termina en la colegiata en la que los alumnos, aparte de trabajar los contenidos propios de una salida de senderismo (en términos de seguridad activa y pasiva, paradas, hidratación, adaptación del paso y de su motricidad al entorno,...), podrán ver en primera persona escenarios y objetos propios del periodo de Al-Ándalus en la zona de la Sierra de Guara, lugar de suma importancia en el patrimonio cultural de la zona en la que se encuentran contextualizadas las actividades (Comarca del Somontano). Es importante mencionar que para la realización de esta actividad (y de las consiguientes de la misma tipología) será necesario disponer de un servicio de autobús que pueda acercar al alumnado y al profesorado hasta la localidad de Alquézar y Asque. Como parte importante de las actividades previas a la salida de senderismo, cabe destacar la importancia de los elementos de seguridad activa y pasiva en una salida, las adaptaciones de nuestra motricidad al medio natural, presentar la ruta a los alumnos en actividades previas para llamar su atención y gestionar las paradas y los recursos necesarios en esta actividad entre todo el grupo, ... Hay que destacar la importancia que tiene dentro de esta actividad el patrimonio natural por el que van a desarrollar la actividad los alumnos (el cañón del río Vero con su respectiva flora y fauna), pues a pesar de estar trabajando contenidos históricos, no podemos ni debemos dejar de lado este patrimonio tan rico y que fortalece un poco más la propuesta de aprendizaje interdisciplinar entrando también en las Ciencias Naturales.

Moviéndonos en el mismo patrón de trabajo (senderismo y contenidos históricos) se plantea para 4º de Educación Primaria otra salida de larga duración al medio natural que aúna senderismo y Prehistoria. Creo que es de relevante importancia conocer cómo vivieron nuestros antepasados más lejanos en el tiempo, cómo sobrevivían a base de cazar y de recolectar alimentos, cómo era su estilo de vida nómada y dónde vivían y se organizaban. Y qué mejor manera para conocer todo esto que acercarnos mediante una salida al medio natural a lo que un día fueron sus hogares, sus cuevas y los parajes en los que desarrollaban su vida estas poblaciones prehistóricas. El abrigo de Regacéns proporciona una salida que se adapta perfectamente a las capacidades de nuestros alumnos de 4º de Educación Primaria,

lo que considero más que importante para su selección (es preferible realizar una salida adecuada en duración y distancia a los alumnos, pues los contenidos prehistóricos de todos los abrigos de la zona son igual de importantes e interesantes, por lo que considero más adecuada esta salida que otras rutas demasiado largas o excesivamente cortas). La actividad se complementa con la visita al centro de interpretación de Colungo.

La sesión del curso de 6º de Educación Primaria es muy importante si hablamos de enseñar historia desde la empatía. Esta tarea consistirá en la práctica y el conocimiento de los juegos tradicionales aragoneses, sus orígenes y la importancia que tuvieron para las generaciones anteriores a los alumnos. Se darán a conocer los juegos por parte de un grupo de expertos (pueden ser grupos de alumnos o padres, madres y abuelos conocedores de los juegos) y se valorará su importancia como patrimonio cultural y social de nuestro entorno más cercano. Esta actividad será la que nos permitirá trabajar la historia desde la empatía. Las hojas informativas preparadas para esta actividad han sido extraídas de la asignatura de la mención de Educación Física *Actividades físicas colectivas*, código 26655.

3.4 Actividades previas

Este apartado está dedicado a exponer brevemente algunas de las posibilidades que planteo para trabajar como actividades previas a las propuestas que se van a desarrollar más adelante y de forma detallada. De esta manera se justifica que las actividades de la propuesta toman como punto de partida unos cimientos necesarios a la hora de inculcar en el alumnado unos aprendizajes significativos que partan de sus conocimientos previos.

Orientación y romanización (4º E.P)

- CC.SS.: La secuenciación de contenidos en 4º de E.P establece que antes de trabajar la romanización se habla de los pueblos prerromanos, aspecto de importancia para asentar unos cimientos previos. Como actividades previas a esta sesión, podemos realizar, como se ha dicho en el apartado anterior:

- Una búsqueda de información en Internet guiada por el maestro y la elaboración de materiales expositivos para conocer el Imperio Romano y situarlo en el eje cronológico. Con la información obtenida en estas búsquedas podríamos trabajar actividades como:



Figura 3. Actividad previa romanización 1.

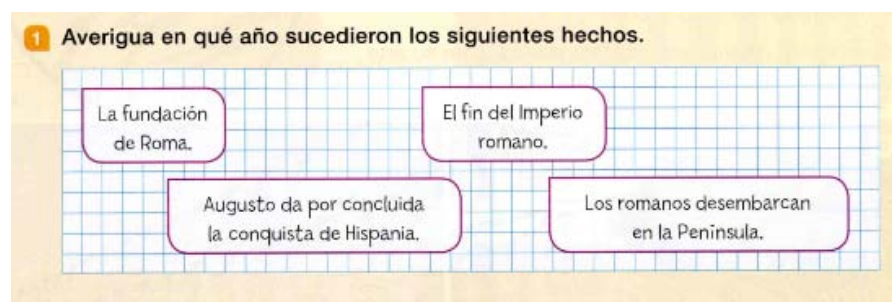


Figura 4. Actividad previa romanización 2.

- Exposición de mapas que sirvan para situar al alumnado en el ámbito geográfico:



Figura 5. Mapa para la exposición de la romanización.

- Búsqueda de información sobre pueblos prerromanos: ¿Qué pueblos ocupaban los territorios marcados en el siguiente mapa? Búscalo con la ayuda de tu tablet en Internet.



Figura 6. Actividad previa romanización 3.

- E.F.: Las actividades previas de Educación Física siguen la progresión lógica de este tipo de actividad que aclaro con el siguiente cuadro.

Tabla 5. Progresión de las actividades previas de Orientación.

1. Conozco el plano	Dibujar el plano de la Millera
2. Localizo puntos	Completar un plano de la Millera
3. Oriento el plano	Ordenar la habitación de la Millera
4. Sigo trayectorias	Seguir trayectorias dibujadas en el plano por un compañero
5. Ataque a la baliza	Juego de pistas romanización

Orientación y Juegos Olímpicos antiguos (4º E.P)

- CC.SS.:

- Exposición de mapas que ayuden al alumnado a situarse geográficamente:



Figura 7. Mapa para la exposición de la Antigua Grecia.

- Grupos de expertos de la Antigua Grecia. Otra actividad podría consistir en entregar a grupos pequeños de alumnos (de cuatro miembros) hojas informativas extraídas del libro *La Grecia clásica a tu alcance* como las siguientes que deberán analizar y explicar al resto de sus compañeros. Las hojas informativas tratarán aspectos de relevante interés en la cultura clásica griega, como por ejemplo el nacimiento de la democracia.

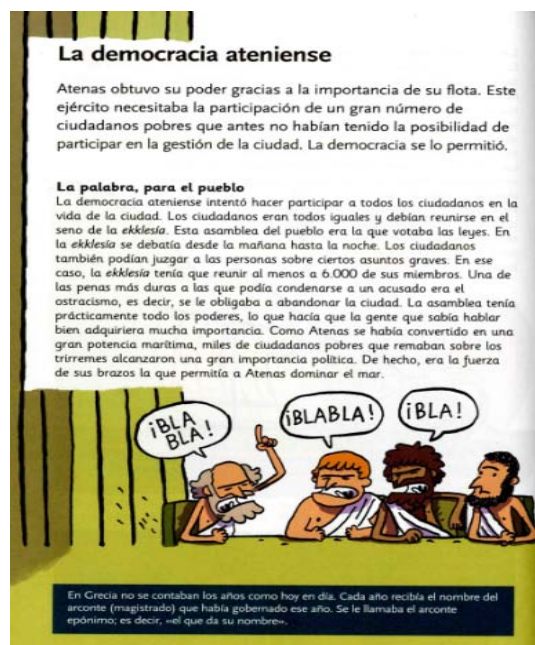


Figura 8. Hoja informativa de la Antigua Grecia.

- E.F.: Ídem la actividad de orientación anterior.

Senderismo y Al-Ándalus (5º E.P)

- CC.SS.:
 - o Proyecto Al-Ándalus:

Debido a que la salida de larga duración de senderismo está planteada para ser realizada al final de la unidad didáctica, las actividades previas a esta salida irán enfocadas a la realización de un proyecto durante toda la unidad que puede ser valorado (como se indica en el apartado de evaluación) con el objetivo de poder evaluar la adquisición de los contenidos históricos. El tema general de este proyecto será elegido por el maestro pero serán los propios alumnos los que al comenzar la unidad didáctica en cuestión deberán elegir qué tipo de proyecto hacer (esto mejorará su implicación en el proyecto y los considerará el centro del proceso de aprendizaje). La actividad estaría prevista para ser realizada entre toda la clase y debería hacer referencia a la aportación histórico-artística de Al-Ándalus a nuestra cultura. En sus manos quedaría decidir si realizar una exposición en el centro (con materiales, murales informativos, libros informativos realizados por los alumnos, ...) o cualquier otro tipo de proyecto. La salida que queda como parte final de la unidad didáctica pondría el broche final al proyecto, pudiendo vivenciar y observar en primera persona lugares con mucho valor en el patrimonio histórico-artístico como los que ellos han podido comentar en su proyecto.

- E.F.: Las actividades previas de Educación física en cuanto al senderismo se centrarán en los elementos de seguridad activa y pasiva en una salida, las adaptaciones de nuestra motricidad al medio natural, presentar la ruta a los alumnos en actividades previas para llamar su atención y gestionar las paradas y los recursos necesarios en esta actividad entre todo el grupo, ...

- Actividad para saber qué material llevar en la mochila diferenciando entre uso colectivo e individual:

MATERIAL	USO	
	COLECTIVO	INDIVIDUAL
Botas		
Chubasquero o capa		
Jersey		
Cantimplora		
Botiquín		
Brújula		
Comida		
Calcetines		
Camiseta		
Pantalón corto y largo		
Gorro		
Gafas		
Protector labial		
Protector solar		
Reloj		

Figura 9. Actividad previa de Senderismo 1.

- Circuito de adaptación al medio natural. Circuito creado con elementos inestables para adaptar nuestra motricidad al medio:

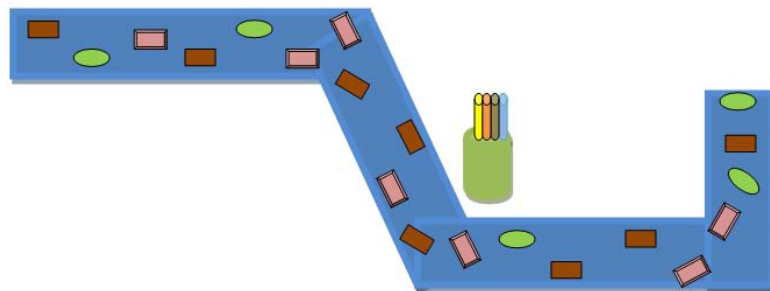


Figura 10. Actividad previa Senderismo 2.

Senderismo y Prehistoria (4º de E.P)

- CC.SS.:
 - Aprendizaje basado en problemas: debido a que la salida es el broche final a una unidad didáctica que permitirá al alumnado conocer en primera persona la vida de los primeros seres humanos, sería de interés plantearles un problema y que ellos aporten la solución con la ayuda de la búsqueda guiada por Internet o de las diferentes fuentes que ellos elijan. El problema sería: *Si fuerais hombres y mujeres prehistóricos, ¿qué haríais para sobrevivir junto a los de tu especie?*

Busca una solución para los siguientes problemas: alimentación, frío, vivienda, ropa y comunicación.

- Exposición de materiales como los siguientes (extraídos de Internet) que ayuden al alumnado a situar en el eje cronológico la Prehistoria y sus fases:

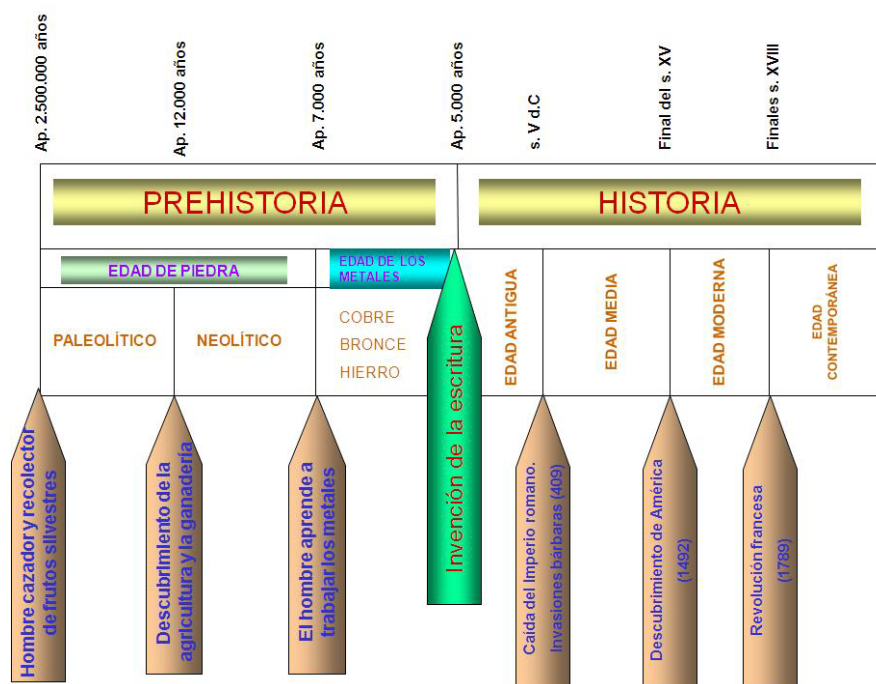


Figura 11. Material expositivo de la Prehistoria.

- E.F.: Ídem la actividad de senderismo anterior.

Actividades atléticas y Juegos Olímpicos antiguos (5º E.P)

- Debido a que esta actividad está diseñada como primera sesión de la unidad didáctica en la que se contextualiza (conocer y conocerse), no tendremos que realizar actividades previas a esta sesión (a pesar de ello, y en el caso de querer hacer alguna actividad previa, puede servirnos las mismas que para la actividad de orientación y Juegos Olímpicos antiguos).

Juegos tradicionales y patrimonio histórico/cultural (6º E.P)

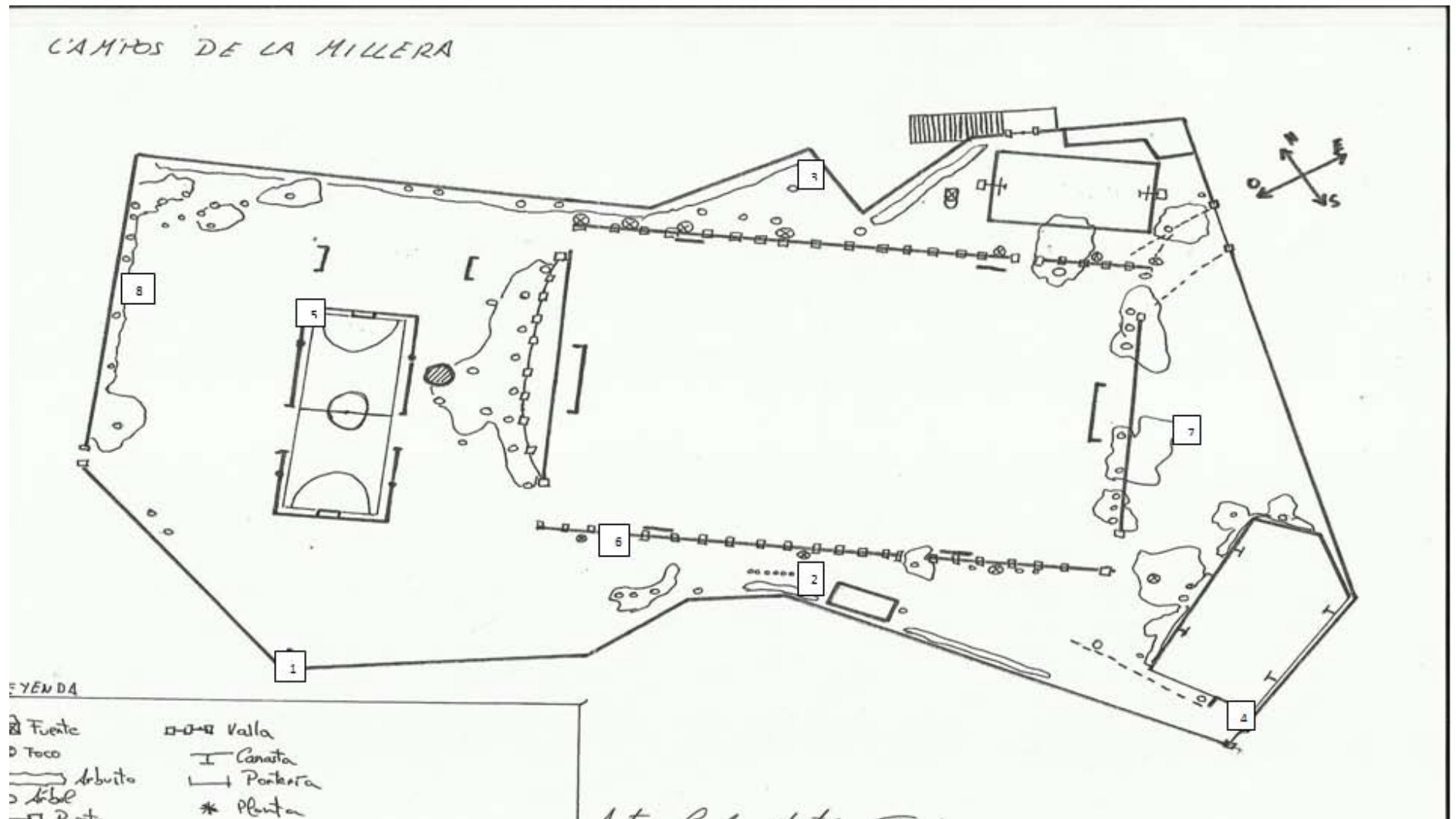
- Debido a la tipología de esta actividad en la que se presentan al alumnado nuevos juegos que posiblemente no conocieran, no es necesario ningún tipo de preparación previa para iniciarlos a la práctica de estos juegos.

3.5 Propuesta de actividades

Tabla 6. Orientación y romanización.

Curso al que va dirigido:	4º E.P		Actividad:	Orientación
Fase de la unidad didáctica:	Primer contacto con la actividad	Conocer el nivel de partida	Aprender y progresar	Valorar los progresos
Contenidos E.F.:	<ul style="list-style-type: none"> - Orientación: conocimiento del plano, localización de puntos, orientación del plano, seguimiento de trayectorias, ataque a la baliza. 		Contenidos Historia:	<ul style="list-style-type: none"> - Edad Antigua. La romanización.
Objetivos didácticos E.F.:	<ul style="list-style-type: none"> - Comprender la leyenda de un plano entendiendo los símbolos dibujados como representaciones convenidas o estandarizadas. 		Objetivos didácticos Historia:	<ul style="list-style-type: none"> - Comprender el proceso de romanización de la Península Ibérica - Conocer el antiguo Imperio

	<ul style="list-style-type: none"> - Localizar puntos de un plano en la realidad y viceversa. - Ser capaz de orientar el plano en relación a la realidad. 		Romano y todas sus costumbres y características
Desarrollo:	<p>Los alumnos se distribuirán formando grupos de 4 personas. El profesor les facilitará un plano de "la Millera". En el plano encontrarán una serie de números que indicarán dónde van a encontrar preguntas referentes a la antigua Roma que deberán resolver utilizando los conocimientos previos que los alumnos habrán trabajado en las sesiones previas a esta actividad. Cada grupo recibirá un plano numerado y tendrá que seguir el orden de las pistas como le indique el maestro (quien le dará una hoja de secuencia de pistas que podemos ver en los anexos) de manera que no coincidan varios grupos en el mismo punto. En su hoja de control, deberán anotar las respuestas y volver al punto de partida.</p>		
Material:	<ul style="list-style-type: none"> • Planos de "la Millera" numerados con pistas. • Lápiz y goma. • Hojas de respuestas. 		



HOJA DE RESPUESTAS

“PREGUNTAS Y RESPUESTAS SOBRE EL IMPERIO ROMANO”

PRUEBA 1.- ¿Sabías para qué vinieron los romanos a la Península Ibérica?

PRUEBA 2.- ¿En qué año y dónde desembarcaron los romanos para comenzar la conquista de la Península?

PRUEBA 3.- ¿Cuántos años duró la conquista de los territorios situados al norte del Ebro?

PRUEBA 4.- ¿Qué idioma se hablaba en la antigua Roma?

PRUEBA 5.- ¿Qué tres tipos de clases sociales había en el antiguo Imperio Romano?

PRUEBA 6.- ¿Quién fue el primer emperador romano?

PRUEBA 7.- ¿Qué edificio acogía los juegos?

PRUEBA 8.- ¿En qué año tuvo lugar la caída del Imperio Romano?

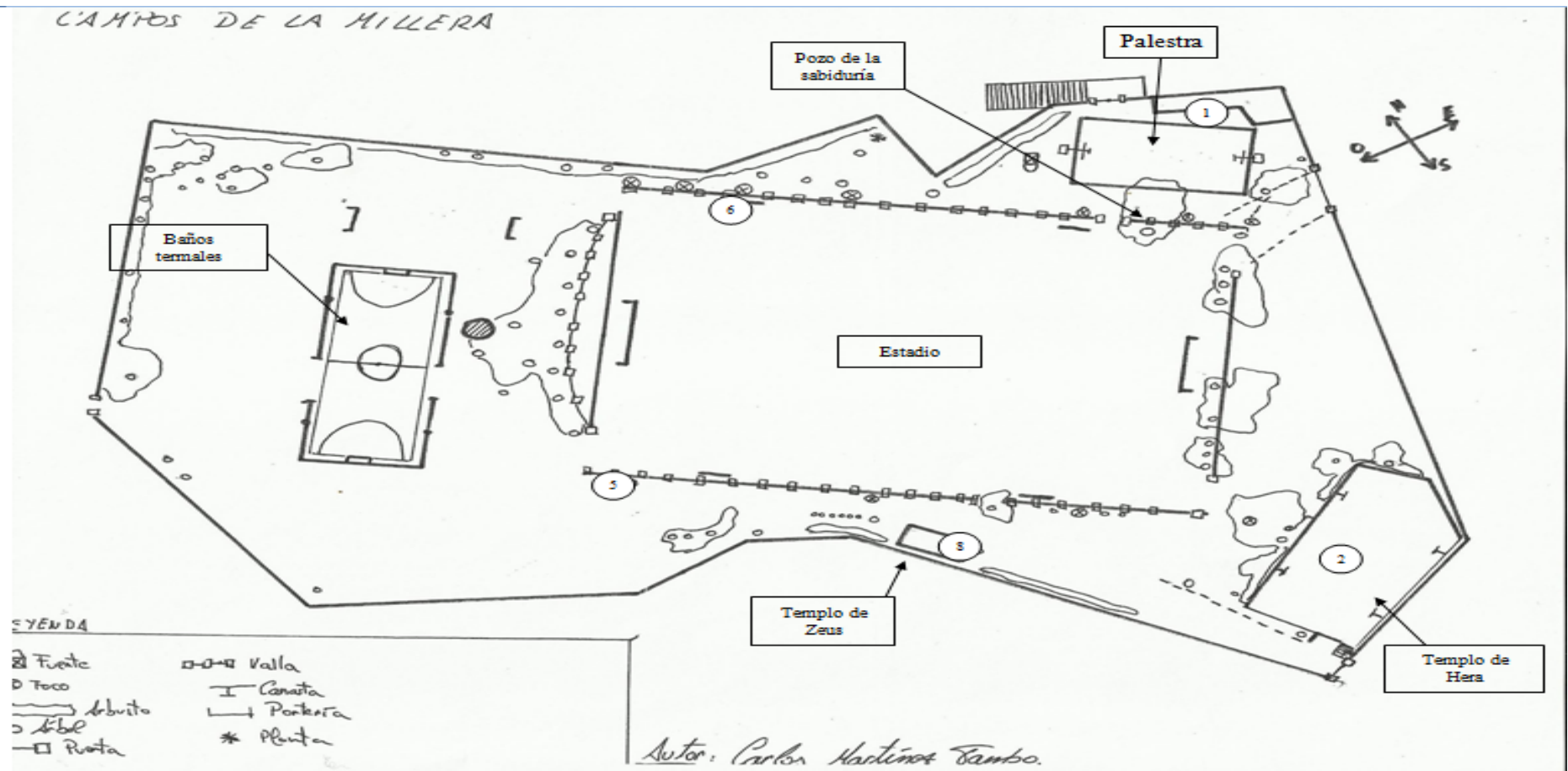
Tabla 7. Orientación y Juegos Olímpicos antiguos.

Curso al que va dirigido:	4° E.P		Actividad:	Orientación
Fase de la unidad didáctica:	Primer contacto con la actividad	Conocer el nivel de partida	Aprender y progresar	Valorar los progresos
Contenidos E.F.:	<ul style="list-style-type: none"> - Orientación: conocimiento del plano, localización de puntos, orientación del plano, seguimiento de trayectorias, ataque a la baliza. 		Contenidos Historia:	<ul style="list-style-type: none"> - Edad Antigua. Civilizaciones de la antigüedad.
Objetivos didácticos E.F.:	<ul style="list-style-type: none"> - Comprender la leyenda de un plano entendiendo los símbolos dibujados como representaciones convenidas o estandarizadas. - Localizar puntos de un plano en la 		Objetivos didácticos Historia:	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer los orígenes de los Juegos Olímpicos de la Antigua Grecia - Adquirir conocimientos acerca de las antiguas

	<p>realidad y viceversa.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ser capaz de orientar el plano en relación a la realidad. - Localizar la baliza en el menor tiempo posible y minimizando los errores 		<p>civilizaciones y sus costumbres.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conocer lugares propios de la Antigua Grecia.
Desarrollo:	<p>Los alumnos se distribuirán formando grupos de 4 personas. El profesor les facilitará un plano de "la Millera" modificado (nombres de cada zona referentes a la edad antigua). En cada pista que encontrarán en su hoja de control, se les pedirá que acudan a un sitio u otro y que resuelvan los enigmas que en él se plantean (En algunos de los lugares indicados en el mapa y en sus hojas de pistas los alumnos encontrarán la respuesta tal cual y en otra tendrán que resolver una serie de enigmas. Las pistas para resolver los enigmas y las respuestas podemos observarlos en los anexos del trabajo más detalladamente). Una vez resuelvan el enigma o encuentren la respuesta, obtendrán la respuesta a la prueba número 1. Así sucesivamente hasta completar todas las preguntas que el profesor les haga en las hojas entregadas al comenzar el juego. Cada error descontará 15 segundos del tiempo. Se anotará la hora de salida y de llegada de cada grupo.</p>		

Material:

- Planos de "la Millera" modificados con lugares referentes a la Edad Antigua.
- Hojas del alumnado con pistas Hoja de respuestas con las pruebas



HOJA DE PISTAS. ALUMNADO.

PISTA 1.- En la PALESTRA, en el punto que se indica en el plano (1), encontrarás las indicaciones necesarias para resolver el enigma que se os propone...

PISTA 2.- En el TEMPLO DE HERA encontraréis la sabiduría (2). ¿Qué harán esos conos ahí?

PISTA 3.- Pau Gasol te lo diría muy rápido... Además de resolver la prueba 3, deberéis localizar en vuestro plano dónde, exactamente, habéis encontrado la respuesta.

PISTA 4.- En una de las entradas del ESTADIO encontraréis la siguiente pista...

PISTA 5.- Dirigíos al punto que se os señala para esta pista en el plano (p5). ¿Encontráis la respuesta por aquí?

PISTA 6.- En el punto del ESTADIO que se os indica en el plano (p6) encontraréis la ayuda que os hace falta...

PISTA 7.- No sé cómo sería recompensado... pero lo que sí os puedo decir, es que a todos les gustaba pasar por LOS BAÑOS TERMALES.

PISTA 8.- ZEUS los sabe, y en su TEMPLO está la respuesta (p8).

HOJA DE RESPUESTAS DE LAS PRUEBAS

“PREGUNTAS Y RESPUESTAS SOBRE LOS JUEGOS OLÍMPICOS ANTIGUOS”

PRUEBA 1.- En la antigua Grecia, hay que destacar la importancia que adquirió la actividad física que surgió de los diversos e importantes Juegos Regionales Helénicos, siendo los más prestigiosos los de...

PRUEBA 2.- ¿Cada cuántos años se celebraban los Juegos Olímpicos de la antigua Grecia?

PRUEBA 3.- ¿Cuál era el dios de dioses, en cuyo honor se celebraban los Juegos Olímpicos?

PRUEBA 4.- ¿Entre qué años se celebraron los Juegos Olímpicos?

DESDE hhd a.C. HASTA cid d.C.

DESDE a.C. HASTA d.C.

PRUEBA 5.- ¿Qué emperador romano prohibió todos los juegos paganos, y con ellos también los Juegos Olímpicos?

PRUEBA 6.- ¿Cuántas olimpiadas se llegaron a celebrar entre las fechas que has obtenido en la prueba 4?

PRUEBA 7.- Cuando algún atleta ganaba alguna prueba, ¿cómo era recompensado?

PRUEBA 8.- ¿Durante cuántos días se celebraban los Juegos Olímpicos?

Tabla 8. Actividades atléticas y Juegos Olímpicos antiguos.

Curso al que va dirigido:	4º E.P		Actividad:	Atletismo
Fase de la unidad didáctica:	Primer contacto con la actividad	Conocer el nivel de partida	Aprender y progresar	Valorar los progresos
Contenidos E.F.:	<ul style="list-style-type: none"> - Actividades atléticas: correr, lanzar, saltar. - Carreras de velocidad - Salto de longitud - Lanzamientos 		Contenidos Historia:	<ul style="list-style-type: none"> - Edad Antigua. Civilizaciones de la antigüedad.
Objetivos didácticos E.F.:	<ul style="list-style-type: none"> - Comenzar a familiarizarse con las nociones básicas de las actividades atléticas. 		Objetivos didácticos Historia:	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer y comprender cómo se practicaban los juegos olímpicos en la Antigüedad y

	<ul style="list-style-type: none"> - Comprender el sentido de la actividad - Identificar el espacio de trabajo y el material - Conocer las diferentes reglas y roles dentro de la actividad. 		<p>sus orígenes.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reconocer los deportes que comparten con los juegos olímpicos actuales. - Valorar las aportaciones de las antiguas civilizaciones a nuestra sociedad actual.
Desarrollo:	<p>La tarea de aprendizaje consistirá en un "Tetratlón" en cuyas pruebas los alumnos realicen la primera toma de contacto con las habilidades atléticas y puedan conocer su punto de partida en cada una de ellas anotando sus marcas.</p> <p>Los alumnos se distribuirán en grupos de 5 personas. El profesor les hará entrega de una hoja informativa de los Juegos Olímpicos antiguos en la que podrán ver información acerca de dónde, cuándo y cómo se celebraban.</p> <p>La tarea trata de recorrer un circuito en el que se celebrarán carreras de velocidad, salto de longitud, y lanzamientos de disco y jabalina. En cada punto de partida cada grupo encontrará una hoja explicativa de cada habilidad atlética en la cual se explica sus orígenes, cómo se practicaba</p>		

	<p>en la antigua Grecia, las reglas actuales y la tarea que ellos han de realizar. Tras realizar la tarea correspondiente anotarán la marca obtenida para tener un punto de partida y seguir progresando en actividades posteriores. Cada integrante del grupo tendrá un papel diferente dentro de cada prueba que serán los siguientes: cronometrador, juez, estárter y participante (quedarán explicados en cada hoja, en ocasiones y dependiendo de la habilidad atlética, los papeles serán diferentes). Cuando todos los integrantes del grupo hayan realizado la prueba dos veces y hayan anotado la mejor marca, pasarán al siguiente punto del circuito a realizar la siguiente habilidad atlética correspondiente (se debe recordar que esta sesión es para conocer y conocerse cada uno y sus posibilidades; no se valorará el resultado, sino el progreso al final de la U.D).</p> <p>Una vez practicadas y conocidas todas las modalidades de nuestro circuito olímpico, comenzaremos la competición. Cada grupo elegirá un representante que participe en cada prueba (cada persona tendrá que participar en una competición) y compita representando a su grupo contra el resto de compañeros de la clase.</p>
Material:	<p>Hoja con información de los juegos antiguos (ver Anexo 7).</p> <p>Hoja con información de cada habilidad atlética (ver Anexo 7).</p> <p>Cronómetros, metros, conos y silbatos.</p>

Tabla 9. Senderismo y Al-Ándalus.

Curso al que va dirigido:	5º E.P		Actividad:	Senderismo
Fase de la unidad didáctica	Primer contacto con la actividad	Conocer el nivel de partida	Aprender y progresar	Valorar los progresos
Contenidos E.F.:	<ul style="list-style-type: none"> - Gestión y regulación de la energía con el fin de llegar a buen término una actividad en el medio natural con economía y eficacia - Funcionamiento como grupo en una salida en el medio natural; - Principios de seguridad activa y pasiva. 		Contenidos Historia:	<ul style="list-style-type: none"> - España en la Edad Media: Al-Ándalus, reinos cristianos.
Objetivos didácticos E.F.:	<ul style="list-style-type: none"> - Observar, explorar y descubrir espacios para la práctica del 		Objetivos didácticos	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer los elementos de nuestro patrimonio cultural

	<p>senderismo.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sensibilizar a los alumnos con el cuidado del entorno por el que realizamos la actividad. - Adaptar la marcha a la variedad del terreno y al ritmo grupal. - Seguir una ruta establecida. - Reconocer y comprender los diferentes elementos de balización del sendero. 	Historia:	<p>próximo referentes a Al-Ándalus y los reinos cristianos.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Comprender la importancia de la colegiata de Alquézar en la historia de Al-Ándalus. - Conocer la historia de la colegiata de Santa María la Mayor desde su construcción hasta hoy. - Ver, observar y explorar en primera persona este escenario histórico .
Desarrollo:	<p>La actividad comenzará con la salida en autobús desde la estación de autobuses de Barbastro (en un autobús previamente contratado por el centro para la realización de dicha actividad). La actividad consiste en una salida de larga duración al medio natural, de una hora y media de duración donde recorreremos 2,2 kilómetros y un desnivel acumulado de 160 metros. Durante el</p>		

sendero recorreremos la ruta de las pasarelas de Alquézar y podremos observar todo el cañón del Vero y el enclave de Alquézar en el que nuestros antepasados de la época de Al-Ándalus y la Reconquista desarrollaron sus vidas.

El sendero parte de la Plaza Mayor de Alquézar. Durante nuestro paso por Alquézar aprovecharemos para hablar del tipo de construcciones que en esta localidad podremos encontrar y de las que tendrán información en sus hojas informativas como veremos en los anexos. Para comenzar la ruta, debemos dirigirnos a la calle que lleva a la Colegiata y descender por la rampa de piedra existente en el primer desvío izquierdo. En este punto puede verse una indicación hacia las Pasarelas del Vero.

Encontramos las primeras pasarelas de madera que bajan entre la Peña Castibién, a la izquierda, y los Muros de la Colegiata, a la derecha. Durante el recorrido observaremos del Barranco de la Fuente. En una primera parada daremos tiempo a nuestros alumnos para que se adecúen las vestimentas y vayan hidratándose.

Al llegar al río Vero, visitaremos la Cueva de Picamartillo, situada en la margen izquierda del río. El camino sigue río abajo, a través de una pasarela metálica instalada en la pared rocosa. Más tarde encontraremos la vieja presa y, tras recorrer un nuevo tramo de pasarelas metálicas, la antigua central hidroeléctrica de Alquézar. Desde aquí, el camino se aparta del río y se adentra entre olivares hasta dar con el camino que lleva al pueblo de Alquézar. Ampliaremos un poco la

ruta visitando el puente de Fuentebaños y el molino con el azud, donde procederemos a realizar otra parada para comer algo, hidratarnos y descansar (encontraremos el desvío hacia el puente en el camino de regreso a Alquézar). Cabe destacar que durante toda la ruta los alumnos dispondrán de un mapa a escala de Alquézar y sus zonas más próximas donde, con la ayuda del profesor, irán siguiendo el recorrido que van a realizar y trazando el recorrido con lápiz sobre el mismo mapa. Las paradas serán el momento adecuado para ir realizando el recorrido y situarse sobre el mapa. No podemos dejar de lado toda la información que este recorrido nos aporta de contenidos de las Ciencias Naturales (flora, fauna y relieve). Los murales informativos que encontramos a lo largo del recorrido permitirán al alumnado observar este tipo de elementos.

A la vuelta a Alquézar realizaremos una visita guiada al museo de la colegiata de Santa María la Mayor (donde podremos ver una exposición de materiales principalmente de pintura y escultura que pertenecen al patrimonio artístico. Hay que señalar como piezas de gran valor dos retablos góticos, una Sagrada Familia atribuida tradicionalmente a Murillo y otras obras en estilo barroco con gran calidad de la escuela valenciana) y al museo etnológico (donde encontraremos material como aperos de labranza, material de herrería, etcétera, que nos aportan información sobre cómo era la forma de vida en la localidad hasta hace medio siglo) y a la salida de este pasaremos a explicar toda la historia y datos de especial interés de esta colegiata y del pueblo en general. Cada alumno dispondrá de una hoja informativa acerca de lo que vamos a ir explicando. La actividad concluirá con la vuelta en bus hasta la localidad de Barbastro y durará todo un día lectivo.

Material:

Agua, comida y calzado adecuado.

Mapa con la ruta a realizar (ver Anexo 10). Hoja informativa de la colegiata (ver Anexo 9)

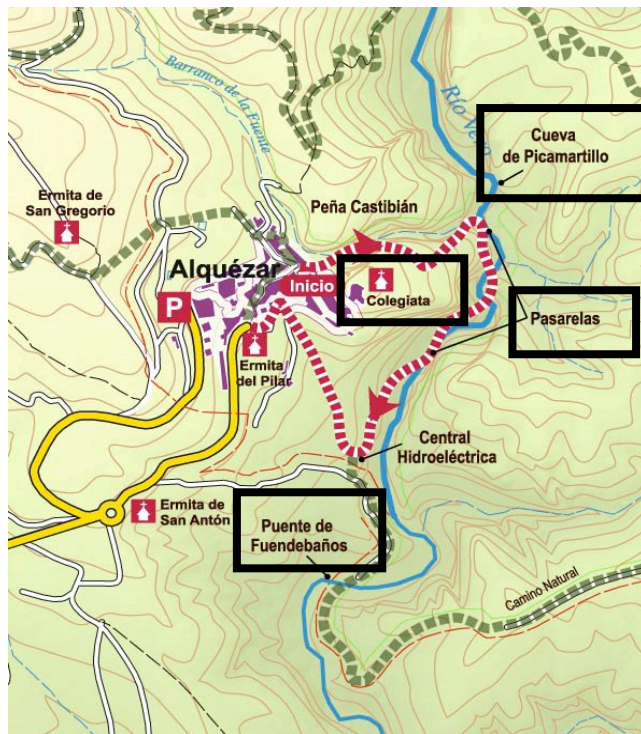


Figura 12. Mapa de la salida de Alquézar.

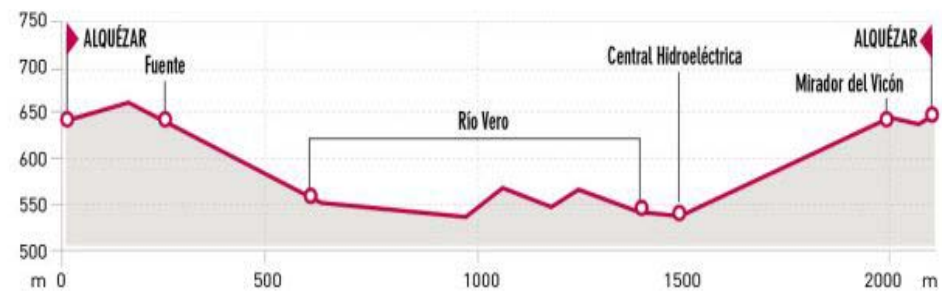


Figura 13. Perfil de la salida de Alquézar.

Tabla 10. Senderismo y Prehistoria

Curso al que va dirigido:	5º E.P		Actividad:	Senderismo
Fase de la unidad didáctica:	Primer contacto con la actividad	Conocer el nivel de partida	Aprender y progresar	Valorar los progresos
Contenidos E.F.:	<ul style="list-style-type: none"> - Gestión y regulación de la energía con el fin de llegar a buen término una actividad en el medio natural con economía y eficacia - Funcionamiento como grupo en una salida en el medio natural; - Principios de seguridad activa y pasiva. 		Contenidos Historia:	<ul style="list-style-type: none"> - La prehistoria. Paleolítico. Neolítico. Edad de los metales

<p>Objetivos didácticos E.F.:</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Observar, explorar y descubrir espacios para la práctica del senderismo. - Sensibilizar a los alumnos con el cuidado del entorno por el que realizamos la actividad. - Adaptar la marcha a la variedad del terreno y al ritmo grupal. - Seguir una ruta establecida. - Reconocer y comprender los diferentes elementos de balización del sendero. 	<p>Objetivos didácticos Historia:</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer la forma de vida de los primeros hombres sobre la Tierra. - Identificar en un eje cronológico la Prehistoria y sus diferentes fases. - Conocer los diferentes tipos de artes que nos dejaron nuestros antepasados prehistóricos.
<p>Desarrollo:</p>	<p>La actividad comenzará con la salida en autobús desde la estación de autobuses de Barbastro (en un autobús previamente contratado por el centro para la realización de dicha actividad). La actividad consiste en una salida de larga duración al medio natural, de aproximadamente unas 4 horas de ida y vuelta y unos 7 km. El desnivel acumulado es de 180 metros. Durante la salida se</p>		

recorrerá la ruta Asque - Puente de Villacantal - Abrigo de Regacéns para llegar al abrigo de Regacéns, reconocido como patrimonio Mundial por la UNESCO por las pinturas rupestres que contiene. De esta manera conoceremos en primera persona una parte del Parque Cultural del Río Vero donde los primeros hombres hicieron sus vidas en algún momento de su existencia.

La ruta parte de la localidad de Asque. El camino parte del pueblo y prosigue entre olivares y campos de almendros hasta llegar a una valla que marca la entrada al Espacio Natural Protegido del Parque Natural de la Sierra y los Cañones de Guara. Desde este punto la pista continúa llaneando entre coscojas, carrascas (encinas) y monte bajo. Debemos aprovechar y explicar durante la actividad todos los elementos que veremos en el ámbito de las Ciencias Naturales (Cañón del Vero, flora y fauna). En estos parajes, y como veremos en los anexos, podremos observar si contamos con algo de suerte una fauna espectacular (muchos buitres y diferentes aves) sobre los abrigos del Vero.

Más adelante, junto a una caseta construida por y para los pastores, encontraremos un desvío que nos llevará hacia el puente de Villacantal cercano a Alquézar, construcción del siglo XVI que justifica la importancia de Alquézar como distribuidora en tiempos pasados. Para llegar a este puente, tomaremos un camino que desciende por el medio del barranco hasta llegar a él. Al llegar nos encontraremos ante un amplio y precioso paraje, ideal para realizar una parada e hidratarnos, descansar y comer algo a mitad mañana.

	<p>Desharemos el camino hecho hasta la caseta de los pastores junto al desvío a Villacantal para comenzar la ruta del abrigo de Regacéns. La boca del abrigo se localiza frente al barranco de la Fuente. En este abrigo, de estilo levantino y esquemático, podremos observar cápridos y arqueros. Mediante los materiales informativos que podremos ver en los anexos explicaremos a los alumnos los tipos de arte que se dieron en la prehistoria y a qué periodos se asocian. Al volver a subir hacia la caseta para iniciar el camino de vuelta a Asque, dispondremos de un amplio espacio para descansar con todo el alumnado y comer.</p> <p>El camino de vuelta será deshacer el sendero de ida. Cuando lleguemos de nuevo a Asque, antes del regreso en autobús a Barbastro, pasaremos a la segunda parte de la actividad que consistirá en una visita al Centro del arte Rupestre de Colungo para poder conocer un poco más acerca de sus modos de vida mediante representaciones y exposiciones observables en este centro. La actividad concluirá con la vuelta en bus hasta la localidad de Barbastro. La actividad durará todo un día lectivo.</p>
Material:	<p>Agua, comida y calzado adecuado.</p> <p>Hoja informativa de la Prehistoria para el alumnado (ver Anexo 12).</p> <p>Hoja informativa del Abrigo de Regacéns para el maestro (ver Anexo 12).</p>

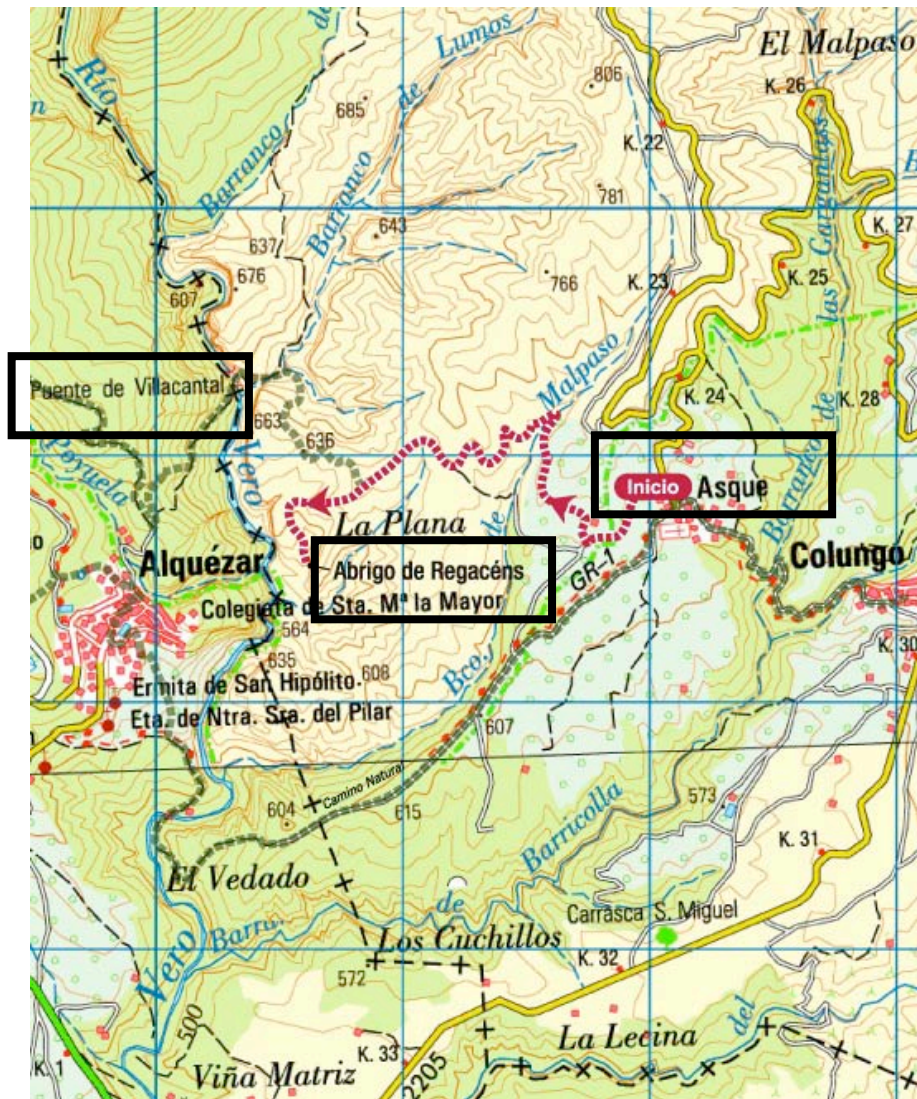


Figura 14. Mapa de la salida de Asque



Figura 15. Perfil de la salida de Asque


Tabla 11. Juegos tradicionales y patrimonio histórico/cultural.

Curso al que va dirigido:	6º E.P		Actividad:	Juegos tradicionales
Fase de la unidad didáctica:	Primer contacto con la actividad	Conocer el nivel de partida	Aprender y progresar	Valorar los progresos
Contenidos E.F.:	<ul style="list-style-type: none"> - Práctica de juegos, juegos tradicionales, deportes (en sus diversas manifestaciones) o actividades artísticas de distintas culturas, especialmente los de las presentes en el entorno aragonés, y reconocimiento de su riqueza cultural, historia y origen. 		Contenidos Historia:	<ul style="list-style-type: none"> - Nuestro patrimonio histórico y cultural
Objetivos didácticos E.F.:	<ul style="list-style-type: none"> - Practicar los diferentes tipos de juegos tradicionales aragoneses 		Objetivos didácticos	<ul style="list-style-type: none"> - Reconocer y valorar su riqueza cultural, histórica y

	<ul style="list-style-type: none"> - Reconocer y valorar su riqueza cultural, histórica y origen. - Desarrollar capacidades de coordinación para realizar lanzamientos adecuados 	Historia:	origen.
Desarrollo:	<p>La actividad consistirá en la explicación de dos de los juegos tradicionales aragoneses más influyentes en nuestra cultura por parte de dos personas del entorno más cercano de los alumnos (abuelos, otros familiares o conocidos) que la practicaban durante su infancia.</p> <p>La tarea de aprendizaje será realizada en el Parque de la Paz de Barbastro, cuyas características nos vienen perfectas para la práctica de estos dos juegos como veremos en su plano. Dividiremos al grupo en dos grandes grupos. Cada alumno recibirá una hoja con la explicación del juego e información acerca de este que será la misma que les va a ser explicada, pero así disponen de un apoyo en papel.</p> <p>1. Tiro de bola aragonesa: El primer grupo pasará a recibir la explicación y la historia del tiro de bola aragonesa y practicarán por grupos de 4. Consiste en lanzar una bola de acero por un recorrido determinado, en menor número de veces que el contrario que lanza como pareja. Ganan los tiradores que terminen el recorrido con menos lanzamientos. Si la bola se sale del recorrido, el</p>		

lanzador debe tirar desde donde haya quedado la bola. Como parte de su origen e historia, se explicará que este deporte se ha practicado principalmente en la provincia de Zaragoza (Almunia de Doña Godina, Borja, Cariñena, Épila, Calatorao, etc.). En el Barrio de Torrero, Zaragoza, en el “Camino de las Canteras”, se viene desarrollando habitualmente.

2. Lanzamiento de barra aragonesa: El segundo gran grupo en el que habremos dividido la clase recibirá la explicación del tiro de barra aragonesa y procederán a su práctica individualmente en el escenario preparado. Como parte de su origen e historia se explicará que este deporte lo podemos considerar como el rey de los juegos aragoneses. Es el más conocido y más practicado en nuestra tierra. El origen radica en una de las piezas del arado romano, que era la que hacía el surco para labrar y que una vez finalizada las duras faenas del campo utilizaban los labradores para retarse con el propósito de lanzarla lo más lejos posible. También se dice que servía de palanca para mover y romper piedras en las canteras. Cada jugador realizará el lanzamiento de la barra aragonesa según se ha explicado (hacia delante, brazo extendido y dentro de los límites) y anotará su marca personal.

	
Material:	<ul style="list-style-type: none">- Hojas informativas de cada juego (ver Anexo 12).- Tiro de bola aragonesa: Una bola de acero, totalmente esférica de diferentes pesos.- Lanzamiento de barra aragonesa: Barra de hierro de forma cónica con la boca en forma de bisel (corte oblicuo en el borde) de 81 cm. de larga, tres cm. de diámetro, y el peso varía dependiendo de la categoría.

4. EVALUACIÓN

Durante el transcurso de cada sesión, la evaluación se realizará mediante la observación directa de la actividad, que nos permitirá observar la adquisición de los objetivos didácticos establecidos para cada una de ellas y los conceptos actitudinales que también se tendrán en cuenta dentro de cada sesión. En muchos casos caemos en el error de justificar la evaluación como observación directa pero no concretamos qué es exactamente lo que vamos a tener en cuenta, por lo que a continuación paso a nombrar una serie de criterios de evaluación que serán los que se sigan en la evaluación:

- Participar activamente en las tareas de aprendizaje.
- Mostrar una actitud atenta ante las explicaciones dadas en las actividades.
- Respetar los diferentes ritmos de aprendizaje que puedan darse en el aula.
- Cuidar el entorno en las salidas al medio natural.
- Respetar el material utilizado.
- Comprensión de los aprendizajes mediante la práctica u experimentación.
- Puesta en práctica de los conocimientos previos para la solución de la tarea.
- Adquisición de los objetivos didácticos mediante plantillas con ítems a valorar.

Cabe destacar en este apartado que no todas las actividades pueden ser evaluadas dentro de la misma sesión, pues los objetivos referentes a prácticas motrices y actitudinales son fáciles de evaluar mediante la observación y las fichas de ítems, pero ¿cómo podremos evaluar si el alumno realmente ha adquirido los conocimientos en lo referente al contenido histórico? La respuesta a esta pregunta se da en las sesiones posteriores a la actividad, mediante la observación directa podemos observar si los alumnos aplican los conocimientos adquiridos previamente en los trabajos posteriores que realicen en clase, incluidos entre ellos la realización

de una prueba escrita para evaluar la unidad o la elaboración de algún tipo de presentación sobre el tema que nos sirva para saber si realmente han adquirido esos conocimientos que les hemos intentado transmitir de manera activa y lúdica.

4.1 Instrumentos de evaluación de cada actividad

En todas las actividades, una parte de la evaluación se dará por este método de observación, y en algunas otras, los alumnos presentarán al final de la clase una serie de materiales curriculares que nos servirán como instrumento de evaluación y que voy a pasar a mostrar en este apartado. A continuación, se nombrará sesión por sesión la evaluación que se llevará a cabo en cada una de ellas y que en varios casos se pudo llevar a cabo.

Sesión 1. Orientación y romanización:

- Ficha de control actitudinal orientación E.F. (ver Anexo 1): Durante la sesión de orientación, el profesor dispondrá de una hoja de control para valorar los aprendizajes en lo referente al área de Educación Física. En esta hoja de control se valorarán los siguientes ítems:
 - Participa en los juegos con actitudes de colaboración, reconociendo y valorando positivamente las modalidades cooperativas
 - Participa y disfruta del juego con independencia de quienes sean los compañeros y respetando las diferencias de nivel, género, cultura u otras.
 - Respeto las normas de las situaciones de aprendizaje, valorando su necesidad para asegurar el juego limpio y la seguridad personal
 - Conoce y respeta en las salidas fuera del colegio las normas básicas de circulación como peatones relativas al uso de las aceras, cruces de peatones y semáforos.
 - Reconoce y valora las posibilidades lúdicas de los entornos naturales para el deporte de orientación y los mantiene limpios

Para obtener un 5 (suficiente) en el instrumento, el alumnado debe obtener una puntuación de 13 puntos. Para obtener un bien (6): 14-16. Para obtener un notable (8): 17-18. Para obtener un sobresaliente (10): 19-20

- Ficha respuestas Roma CC.SS. (ver Anexo 3): Como instrumento de valoración del contenido histórico, el profesor dispondrá de la hoja de respuestas de la actividad. Hay 8 preguntas cuyo contenido trata de la Antigua Roma y se valorará de la siguiente manera:
 - < 4 respuestas correctas : Casi aprobado
 - 4 respuestas correctas: Aprobado
 - 5 respuestas correctas: Bien
 - 6 respuestas correctas: Notable
 - 7/8 respuestas correctas: Sobresaliente
- Prueba de ejecución orientación E.F. (ver Anexo 2): Como material a evaluar los objetivos didácticos de Educación Física dispondremos de la hoja que hemos comentado previamente que nos indicará si el alumno es capaz de:
 - 1. Realizar un recorrido en un espacio conocido recopilando información de 8 puntos repartidos por un mapa en un tiempo establecido.

Sesión 2. Orientación y civilizaciones de la Antigüedad

- Ficha de de control actitudinal orientación (E.F.): Ídem de la sesión anterior
- Prueba de ejecución orientación (E.F.): Ídem de la sesión anterior
- Ficha de respuestas Juegos olímpicos antiguos CC.SS. (ver Anexo 4): Ídem de la sesión anterior, pero con las preguntas y respuestas diferentes

Sesión 3. Atletismo y civilizaciones de la Antigüedad

- Ficha con ítems de atletismo E.F. (ver Anexo 6): En la actividad de atletismo, puesto que se trata de la fase de conocerse dentro de la unidad didáctica de Educación Física, tomaremos estas fichas de ítems como evaluación inicial y se valorará el progreso en ellos al finalizar la unidad didáctica. Los ítems a valorar serán los siguientes:
 - Corre en línea recta
 - Sale rápido y adecuadamente
 - Llega rápido
 - Equilibra brazos y piernas
 - Encadena carrera y salto
 - Calcula la carrera necesaria
 - Salta sin tocar la línea
 - Agarra el objeto correctamente
 - Toma impulso sin desequilibrarse
 - Se reequilibra sin hacer nulo
- La adquisición de los objetivos didácticos de CC.SS. podremos comprobarlos introduciendo preguntas de los contenidos históricos de esta actividad en una prueba escrita al final de la unidad didáctica del área o mediante la valoración de un trabajo práctico propuesto por el maestro como una exposición o un proyecto.

Sesión 4. Senderismo y Al-Ándalus

- Durante esta actividad, y debido a la atención que requiere la misma sobre la seguridad activa y pasiva del alumnado, no introduciremos fichas con ítems para el profesorado, pues pienso que es más importante centrar el 100% de la atención en el entorno con incertidumbre ante el que nos encontramos. La observación directa del grupo y sus actitudes motrices en la salida nos

servirán para evaluar la adquisición de los objetivos de Educación Física (adaptación al medio, al ritmo del grupo, ...). Por otro lado, durante la visita al museo de la colegiata se pasará a observar y manipular elementos históricos de relevante importancia en nuestro patrimonio histórico, por lo que debemos tener en cuenta que el alumnado observe con atención las explicaciones dadas en las actividades y participe activamente en las tareas. Los objetivos de historia se podrán valorar mediante una prueba escrita que contenga dichos contenidos al finalizar la unidad.

Sesión 5. Senderismo y prehistoria

- Ídem la actividad de senderismo anterior, sustituyendo la observación directa en el museo de la Colegiata por el centro de Arte Rupestre de Colungo. Además, los objetivos de historia se valorarán en una prueba escrita que contenga dichos contenidos al finalizar la unidad.

Sesión 6. Juegos tradicionales y patrimonio histórico/cultural.

- Por los mismos factores que la actividad anterior, al tratarse de una salida fuera del centro escolar, la observación de los diferentes comportamientos que se den en el alumnado nos servirá para evaluar la actividad. En este caso será de suma importancia atender y entender a los contenidos que se van a dar acerca de los juegos tradicionales para pasar después a la práctica de estos mismos de manera adecuada. En ese momento, si que podemos tener en consideración una serie de ítems de cada uno de los dos juegos para que el profesor evalúe todo lo correspondiente a la práctica motriz de la actividad. En cuanto a la parte de CC.SS, volvemos a los mismos casos que en actividades anteriores, pasando a valorar los aprendizajes obtenidos mediante la exposición de los aprendizajes adquiridos y la correspondiente valoración de nuestro patrimonio histórico/cultural más próximo.
- Ficha de control actitudinal de juegos tradicionales E.F. (ver Anexo 8). Ítems:
 - o Participa en los juegos con actitudes de colaboración, reconociendo y valorando positivamente las modalidades cooperativas.

- Participa y disfruta del juego con independencia de quienes sean los compañeros y respetando las diferencias de nivel, género, cultura u otras.
- Respeta las normas de las situaciones de aprendizaje, valorando su necesidad para asegurar el juego limpio y la seguridad personal
- Valora el juego como elemento de nuestro patrimonio cultural más próximo y es capaz de empatizar con las generaciones pasadas y comprender su práctica
- Valorar el juego como un medio para realizar actividad física, como medio de disfrute, de relación y como recurso para aprovechar el tiempo libre.

Para obtener un 5 (suficiente) en el instrumento, el alumnado debe obtener una puntuación de 13 puntos. Para obtener un bien (6): 14-16. Para obtener un notable (8): 17-18. Para obtener un sobresaliente (10): 19-20

5. CONCLUSIONES Y REFLEXIÓN PERSONAL

Como conclusión de las actividades que pude llevar a cabo de las que se plantean en el presente trabajo, cabe destacar la gran acogida que tuvieron durante su realización por parte del alumnado. Como he citado anteriormente, el hecho de trabajar tanto la Educación Física como las Ciencias Sociales de una manera algo diferente, más activa y significativa y que se aleje un poco de la convencionalidad del día a día sirvió para fomentar la implicación del alumnado en la actividad.

Sin apartarnos de la tipología de las actividades que trabajan la historia mediante el senderismo, quiero comentar en este apartado que también tendríamos la posibilidad de trabajar salidas como el camino histórico de Berbegal con sus respectivas aportaciones al patrimonio arquitectónico y cultural próximo. Por otro lado, una salida de larga duración por la zona de Aínsa puede aportar contenidos referentes a Al-Ándalus muy interesantes, teniendo la posibilidad de acudir a las representaciones de la Morisma que se celebran en esa localidad y visitando el

castillo que caracteriza esta localidad. Además de estas, disponemos en el entorno de la Comarca del Somontano de una amplia variedad de rutas (como los abrigos de Arpán, el Tozal de Mallata, Barfaluy y Quizáns) que nos permitirían trabajar y poder ampliar los aprendizajes acerca de las pinturas rupestres y la Prehistoria.

Quiero comentar que se me quedó en el tintero una actividad que no he considerado demasiado rica en contenidos históricos, se trata de una salida en BTT (Bicicleta de montaña) desde el centro San José de Calasanz hasta el monasterio del Pueyo (A unos 6 km de Barbastro). Desde hace años, el centro siempre realiza salidas de senderismo durante un día lectivo para visitar el monasterio y pasar el día allí, por lo que consideré la posibilidad de adaptar esta actividad y hacerla en BTT, pero no me acabó de convencer, quizá por el hecho de que podría parecerle repetitiva al alumnado y no la consideré una propuesta realmente innovadora. Comento esto para que se puedan ver la amplia variedad de posibles actividades que no he desarrollado, pero que podrían servirnos para enseñar Historia a través de la Educación Física. Otro de los ejemplos en esta misma línea es una sesión de Actividades Motrices Luctatorias (Lucha) relacionada con los contenidos de los Juegos Olímpicos antiguos (las luchas grecorromanas). Consideré más adecuado trabajar en este contenido solamente las disciplinas de carreras, saltos y lanzamientos, pues la lucha en la escuela es un elemento muy rico y que aporta muchas capacidades motrices realmente necesarias, pero para mi criterio necesita ser trabajada como único contenido ya que requiere mucha atención y unos elementos de seguridad importantes.

Considero que es de vital importancia tener en cuenta la opinión del alumnado para que el proceso de enseñanza-aprendizaje sea realmente adecuado. Por ello, en las actividades previas que se han planteado en el trabajo, podemos encontrar algunas que parten de las propias ideas o proyectos del alumnado que los hacen protagonistas de este proceso.

Quiero concluir este trabajo comentando que dos áreas que a priori parecen tan alejadas en el currículo no tienen porque no mostrar elementos en común (como hemos observado en el marco teórico) o no poder ser trabajadas de manera conjunta como se ha demostrado en esta propuesta. En los anexos podremos comprobar cómo no se trata de meras propuestas, sino que todo el material que se comenta para poder

llevar a cabo estas actividades puede utilizarse y diseñarse de manera sencilla con unas fuentes de información adecuadas.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alfonso, E.; Bellón, A.; Moral, A.; Tapiador, C.; Echevarría, E. (2015). *Ciencias Sociales 4*. Madrid: Santillana

Alquézar. (S.F.) Consultado (3-2-2016). Recuperado de: <http://www.alquezar.es/index.php/mod.pags/mem.detalle/idpag.14/idmenu.124/chk.e49098853294d2b65b5e5ba61256568c.html>

Amor, A.; García, M. T. (2012): Trabajo por proyectos en el aula. *Revista Latinoamericana de Educación Infantil*, vol. 1, p. 131.

Arazo, G.; Guillén, R.; Lapetra, S. (2003). *El senderismo: Una actividad para todos en todos los entornos*. Material docente de la asignatura Actividades físicas en el medio natural con código 26657 durante el curso 2014-2015 impartida en la Universidad de Zaragoza (Campus de Huesca).

Arias, A. y Rial, M^a. D. (coord.) (2009). *O traballo por proxectos en infantil, primaria e secundaria*. Santiago de Compostela: Xunta de Galicia.

Baldellou, V.; Calvo, MJ.; Juste, N.; Pardinilla, I. (2009). *Arte Rupestre en el Río Vero*. Barbastro: Comarca del Somontano de Barbastro.

Dars, E. y Teyssier, E. (2015). *La Grecia Clásica a tu alcance*. Barcelona: Espasa.

De la Cruz, J. C. (1989). Higiene de la Educación Física en la edad escolar. En J. Ribas (Ed.), *Educación para la salud en la práctica deportiva escolar*, pp. 61-79. Málaga: Unisport.

Deci, E. L.; Ryan, R. M. (2002). *Handbook of self-determination research*. Rochester, NY: University of Rochester Press.

Díaz, J. (1994). *El currículum de la Educación física en la reforma educativa*. Barcelona: Inde.

Feliu, M.; Hernández, F.X. (2011): *12 ideas clave: Enseñar y aprender historia*. Barcelona: GRAÓ.

Gálvez, A. (2004). *Actividad física habitual de los adolescentes de la región de Murcia. Análisis de los motivos de práctica y abandono de la actividad físico-deportiva*. Murcia: Universidad de Murcia. (Tesis doctoral inédita). Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd107/motivos-de-practica-y-abandono-de-la-actividad-fisico-deportiva.pdf>

Hagger, M. S.; Chatzisarantis, N.; Biddle, S. (2001) The influence of self-efficacy and past behaviour on the physical activity intentions of young people. *Journal of sports sciences*, 19, pp. 711-725.

Hernández, F.X.; Santacana, J. (1995) Ideas, estrategias y recursos. *Cuadernos de Pedagogía*, núm. 236, pp. 12-25.

Ley orgánica para la mejora de la calidad educativa (LOMCE) (Ley Orgánica 8/2013, 9 de diciembre). Boletín Oficial del Estado, nº 295, 2013, 10 diciembre.

Medina, N. (2002). *Guía metodológica para el diseño curricular dentro del modelo educativo flexible*. Xalapa: Universidad Veracruzana

Orden de 16 de junio de 2014, de la Consejera de Educación, Universidad, Cultura y Deporte, por la que se aprueba el currículo de la Educación Primaria y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón.

Perea, R. (2009). *Promoción y Educación para la Salud. Tendencias innovadoras*. Madrid: Díaz de Santos.

Pluckrose, H. (1993). *Enseñanza y aprendizaje de la historia*. Madrid: Morata.

Prats, J. (2001). *Enseñar Historia: Notas para una didáctica renovadora*. Mérida. Junta de Extremadura Consejería de Educación, Ciencia y Tecnología Dirección General de Ordenación, Renovación y Centros.

Prats, J. ; Santacana, J.; Lima, L.; Acevedo, MC.; Carretero, M.; Miralles, P.; y Arista, V. (2011): *Enseñanza y aprendizaje de la historia en la Educación básica*. México DF: Secretaría de Educación Pública. Gobierno de México.

Rojas, R. (2000). *Guía para realizar investigaciones sociales*. México: Plaza y Valdés.

Sallis, J. F; Prochaska, J. J; Taylor, W. C. (2000). A review of correlates of physical activity of children and adolescents. *Medicine and science in sports and exercise*, 32, pp. 963-75.

Torres, J. (2000). *Globalización e interdisciplinariedad: el currículo integrado*. Madrid: Morata

Trepát, C. y Comes, P. (1998). *El Tiempo y el Espacio en la Didáctica de las Ciencias Sociales*. Barcelona: GRAO.

Turismo Somontano Guara. (S.F.) Consultado (10-2-2016). Recuperado de: <http://turismosomontano.es/es/que-ver-que-hacer/lugares-con-historia/arte-rupestre/arte-rupestre-del-rio-vero/regacens>

Turismo Somontano Guara. (S.F.) Consultado (3-2-2016). Recuperado de: <http://turismosomontano.es/es/que-ver-que-hacer/pueblos/alquezar/alquezar-rutas/28-que-ver-que-hacer/aventura/senderismo/rutas-en-la-sierra-de-guara/350-ruta-de-las-pasarelas>

Web del maestro. (S.F.) Consultado (10-2-2016). Recuperado de: <http://webdelmaestro.com/prehistoria-para-ninos/>

Welk, G. (2002). *Physical Activity Assessments for Health-related Research*. Estados Unidos: Human Kinetics.

7. ANEXOS

Los siguientes anexos contienen material que ha sido elaborado en ocasiones directamente por mí, adaptado o extraído de diferentes fuentes que encontramos referenciadas en la bibliografía y a lo largo del trabajo.

1. Ficha de control actitudinal orientación.
2. Prueba de ejecución orientación.
3. Hoja de soluciones orientación Roma.
4. Hoja de soluciones orientación Juegos Olímpicos antiguos.
5. Material para los Juegos Olímpicos (Códigos, pistas, secuencia pistas).
6. Fichas con ítems de atletismo.
7. Hoja informativa actividades atléticas y Juegos Olímpicos antiguos.
8. Ficha control actitud de juegos tradicionales.
9. Hoja informativa de la colegiata de Santa María la Mayor y de Alquézar.
10. Mapa a escala Alquézar para dibujar la ruta.
11. Fotos de la ruta de las pasarelas de Alquézar y de la colegiata.
12. Hoja informativa de juegos tradicionales.
13. Hoja informativa Abrigos de Regacéns para el profesor y hoja informativa de la Prehistoria para los alumnos
14. Fotos ruta de Asque - Villacantal - Abrigos de Regacéns y del museo de Colungo.

Anexo 1.

Ficha de control actitudinal						
Actividad		Orientación				
Valoración		1= Nunca; 2 = En ocasiones; 3= Frecuentemente; 4= Siempre				
Alumno/a	1. Participa en los juegos con actitudes de colaboración, reconociendo y valorando positivamente las modalidades cooperativas	2. Participa y disfruta del juego con independencia de quienes sean los compañeros y respetando las diferencias de nivel, género, cultura u otras.	3. Respeta las normas de las situaciones de aprendizaje, valorando su necesidad para asegurar el juego limpio y la seguridad personal	4. Conoce y respeta en las salidas fuera del colegio las normas básicas de circulación como peatones relativas al uso de las aceras, cruces de peatones y semáforos	5. Reconoce y valora las posibilidades lúdicas de los entornos naturales para el deporte de orientación y los mantiene limpios	Total
1. Beatriz						
2. María						
3. Dylan						
4. Enrique						
5. Candela						
6. Ramón						
7. Andrés						
8. Javier						
9. Lara						
10. Raúl						
11. Antonio						
12. Carla						
13. Israel						
14. Abel						

Anexo 2.

Prueba de ejecución. Buscando Balizas		
Actividad	Orientación	
Valoración	Tantas como balizas se encuentren	
Alumno/a	1. Realizar un recorrido en un espacio conocido recopilando información de 8 puntos repartidos por un mapa en un tiempo establecido.	Total
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		
11.		
12.		
13.		
14.		
15.		
16.		
17.		

Anexo 3.

HOJA DE RESPUESTAS

“PREGUNTAS Y RESPUESTAS SOBRE EL IMPERIO ROMANO”

PRUEBA 1.- ¿Sabías para qué vinieron los romanos a la Península Ibérica?

Para combatir a los
cartagineses

PRUEBA 2.- ¿En qué año desembarcaron los romanos para comenzar la conquista de la Península?

218 a.C.

PRUEBA 3.- ¿Cuántos años duró la conquista de los territorios del norte del Ebro?

200 años

PRUEBA 4.- ¿Qué idioma se hablaba en la antigua Roma?

Latín

PRUEBA 5.- ¿Qué tres tipos de clases sociales había en el antiguo Imperio Romano?

1. Patricios 2. Plebeyos 3. Esclavos

PRUEBA 6.- ¿En qué cinco provincias organizaron el territorio?

1. Bética 2. Lusitana 3. Tarraconense 4. Gallaecia 5. Cartaginense

PRUEBA 7.- ¿Qué edificio acogía los juegos?

El anfiteatro

PRUEBA 8.- ¿En qué año tuvo lugar la caída del imperio romano

476.d.C

Anexo 4.

“PREGUNTAS Y RESPUESTAS SOBRE LOS JUEGOS OLÍMPICOS ANTIGUOS”

PRUEBA 1.- En la antigua Grecia, hay que destacar la importancia que adquirió la actividad física que surgió de los diversos e importantes Juegos Regionales Helénicos, siendo los más prestigiosos los de...

Olimpia

PRUEBA 2.- ¿Cada cuántos años se celebraban los Juegos Olímpicos de la antigua Grecia?

Cuatro

PRUEBA 3.- ¿Cuál era el dios de dioses, en cuyo honor se celebraban los Juegos Olímpicos?

Zeus

PRUEBA 4.- ¿Entre qué años se celebraron los Juegos Olímpicos?

DESDE hhd a.C. HASTA cid d.C.

884

394

PRUEBA 5.- ¿Qué emperador romano prohibió todos los juegos paganos, y con ellos también los Juegos Olímpicos?

Teodosio el grande

PRUEBA 6.- ¿Cuántas olimpiadas se llegaron a celebrar entre las fechas que has obtenido en la prueba 4?

293

PRUEBA 7.- Cuando algún atleta ganaba alguna prueba, ¿cómo era recompensado?

No recibían ninguna compensación económica. eran considerados héroes o semidioses

PRUEBA 8.- ¿Durante cuántos días se celebraban los Juegos Olímpicos?

5

Anexo 5.

Recuerdo en este anexo que este material de los juegos Olímpicos Antiguos me ha sido facilitado durante mi formación en la asignatura "Actividades en el medio natural" pero ha sido modificado y adaptado por mí al contexto del centro escolar en cuestión.

Código para esconder en prueba 4.

1-a	2-b	3-c	4-d	5-e
6-f	7-g	8-h	9-i	0-j

Pista para esconder en prueba 5

<u>T</u><u>T</u><u>P</u><u>D</u><u>P</u><u>S</u><u>H</u><u>P</u> <u>I</u><u>L</u> GR<u>S</u><u>N</u><u>D</u><u>I</u>

Como veis, ¡este nombre no tiene vocales! Para descifrar de qué nombre se trata necesitáis utilizar el código **HIPOTENUSA**. Con esta pista debería ser suficiente...

HI	PO	TE	NU	SA
----	----	----	----	----

El número que buscáis es igual al número de **porterías** menos uno que hay en el ESTADIO.

Secuenciación de pistas para cada grupo

GRUPOS	SECUENCIA DE LAS PISTAS
GRUPO 1	1-2-3-4-5-6-7-8
GRUPO 2	8-7-6-5-4-3-2-1
GRUPO 3	2-3-4-5-6-7-8-1
GRUPO 4	7-1-6-5-4-3-2-8
GRUPO 5	3-4-5-6-7-8-1-2

Anexo 6.

NOMBRES	Corre en línea recta	Sale rápido y adecuadamente	Llega rápido	Equilibra brazos y piernas	<p>DEPORTE: Carrera de Velocidad</p> <p>FECHA:</p>	
	1	2	3	4	OBSERVACIONES	
Alumno 1						
Alumno 2						
Alumno 3						
Alumno 4						
Alumno 5						
Alumno 6						
Alumno 7						
Alumno 8						
Alumno 9						
Alumno 10						
Alumno 11						
Alumno 12						
<p>ÍTEMS</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Corre en línea recta 2. Sale rápido y adecuadamente 3. Llega rápido, mantiene la velocidad hasta el final 4. Equilibra brazos y piernas 						

NOMBRES	Encadena carrera y salto	Calcula la carrera necesaria	Salta sin tocar la línea	DEPORTE: Salto de longitud FECHA:
	1	2	3	OBSERVACIONES
Alumno 1				
Alumno 2				
Alumno 3				
Alumno 4				
Alumno 5				
Alumno 6				
Alumno 7				
Alumno 8				
Alumno 9				
Alumno 10				
Alumno 11				
Alumno 12				
<p style="text-align: center;">ÍTEMS</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Encadena carrera y salto 2. Calcula la carrera necesaria 3. Salta sin tocar la línea 				

NOMBRES	Agarra el objeto correctamente	Toma impulso sin desequilibrarse	Se reequilibra sin hacer nulo	DEPORTE: Lanzamientos FECHA:
	1	2	3	OBSERVACIONES
Alumno 1				
Alumno 2				
Alumno 3				
Alumno 4				
Alumno 5				
Alumno 6				
Alumno 7				
Alumno 8				
Alumno 9				
Alumno 10				
Alumno 11				
Alumno 12				
<p style="text-align: center;">ÍTEMS</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Agarra el objeto correctamente 2. Toma impulso sin desequilibrarse 3. Se reequilibra sin hacer nulo 				

Anexo 7.

CARRERA DE VELOCIDAD

En la antigüedad...

La carrera principal y más antigua era la de velocidad que constaba de 192 metros (un estadio). Más tarde, en 724 a. C., se incorporó el díaulo que era una carrera de velocidad pero de ida y vuelta. En el año 720 a. C. se agregó el dólico; carrera de resistencia que en sus comienzos constaba de 1500 metros, pero llegó a tener 4600. Se añadió la hoplitodromía, una carrera con armamento, servía como preparación para la guerra. Los participantes, exclusivamente adultos, corrían entre 384 y 768 metros armados, al principio con escudo, casco y grebas (armadura que protegían las piernas); más tarde, solo con escudo.

Hoy en día...

Carreras de velocidad: Son las carreras más cortas. En pistas techadas se corren sobre distancias de 50 y 60 m y al aire libre sobre distancias de 100, 200 y 400m. En estas carreras, el atleta se agacha en el punto de partida, y al sonido del disparo de un juez se lanza a la pista y corre a máxima velocidad hasta la línea de llegada, lo fundamental es una salida rápida. Los atletas alcanzan la tracción estacionando los pies contra unos bloques individuales de metal o plástico llamados estribos, diseñados para servir de apoyo a los pies del corredor y están colocados justo detrás del punto de partida.

¿Qué vamos a practicar?

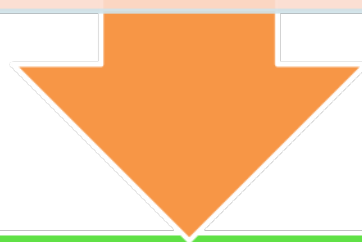
En esta habilidad atlética tendremos la oportunidad de realizar una carrera de velocidad individual en la que dispondremos de dos intentos para quedarnos con nuestro mejor tiempo y anotarlo. La carrera consiste en recorrer 30 metros por las calles establecidas para ello (sin salirse de los conos). El resto de compañeros que no van a correr, se encargarán de:

1. Dar la salida - Starter
2. Cronometrar el tiempo
3. Valorar si la salida y la carrera son correctas

SALTO DE LONGITUD

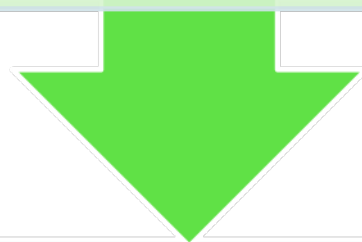
En la antigüedad...

Salto de longitud: de todos los saltos que existen en la actualidad, el único practicado por los griegos era el de longitud. Los atletas tomaban impulso, (más breve que el actual) y saltaban sobre un foso de tierra. No se medían las longitudes, sino que se comparaban las huellas dejadas por los competidores. Después del siglo VII a. C. se incorporaron los saltos con halterios de piedra o de plomo, cuyo peso oscilaba entre los 1 y 5 kg.



Hoy en día...

El salto de longitud es una prueba actual del atletismo que consiste en recorrer la máxima distancia posible en el plano horizontal a partir de un salto tras una carrera. La carrera previa debe realizarse dentro de un área existente que finaliza en una tabla de batida que indica el punto límite para realizar el impulso. La caída tiene lugar sobre un foso de arena. La distancia del salto se mide desde la tabla de batida (que no se puede pisar al saltar) hasta la marca más retrasada sobre la arena hecha por cualquier parte del cuerpo del atleta. Los competidores realizan tres saltos cada uno. Siempre se tiene en cuenta el salto más largo.



¿Qué vamos a practicar?

En esta habilidad atlética tendremos la oportunidad de realizar dos saltos de longitud. Anotaremos la mejor marca de los dos saltos. El resto de compañeros que no van a correr, se encargarán de:

1. Medir la longitud con la ayuda de un metro
3. Valorar si en el salto es correcto o no (sin pisar la tabla de batida)

LANZAMIENTO DE DISCO

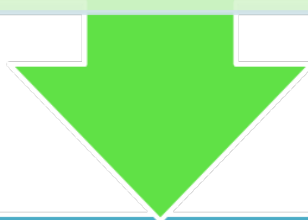
En la antigüedad...

Se empezó a practicar desde el siglo VI a.C. Los competidores lanzaban discos de bronce. El tamaño y el peso variaban según la categoría de edad de los lanzadores. El disco más pesado que se ha encontrado pesa 6,6 kilos y mide 33 centímetros de diámetro. Se trataba de lograr la mayor distancia en los lanzamientos. Se conservan algunos discos antiguos y parece ser que no existía un peso ni una medida estándar puesto que los discos que se conservan son de lo más variado en cuanto a su tamaño y peso.



Hoy en día...

El objetivo es lanzar un objeto pesado denominado disco lo más lejos posible. El disco se lanza desde un círculo de 2.50 m de diámetro y debe aterrizar dentro de las líneas de demarcación del sector de caída. Para varones, el disco tiene un diámetro de 22 cm y un peso de 2 kg, mientras que para las mujeres mide 18 cm y pesa 1 kg. El atleta debe iniciar su actuación desde una posición estática. Puede sujetar el disco como quiera y utilizar cualquier técnica de lanzamiento. Para que sea válido el lanzamiento el disco deberá caer dentro de la parte interior de las líneas marcadas.



¿Qué vamos a practicar?

En esta habilidad atlética tendremos la oportunidad de realizar dos lanzamientos de disco de los que seleccionaremos la mejor marca. El lanzamiento debe caer dentro de las líneas de cono establecidas y podemos realizarlo como queramos. Los compañeros que no realicen el lanzamiento se encargarán de:

1. Medir la distancia de lanzamiento
2. Valorar si ha caído dentro de la línea de conos marcada

LANZAMIENTO DE JABALINA

En la antigüedad...

Lanzamiento de jabalina: En los lanzamientos no se valoraba la puntería sino la distancia. La jabalina tenía aproximadamente la altura del lanzador y el grosor de un dedo. Aunque en su origen se trataba de un arma de guerra, la de uso deportivo carecía de punta. Los participantes lanzaban las jabalinas con una correa de unos 50 centímetros a la altura del centro de gravedad. La técnica para lanzar la jabalina se supone que era diferente a la actual, puesto que se permitía utilizar tiras de cuero para utilizarlas como propulsor, llamadas *amentum* en latín, y que, acabadas en dos orificios por los que se introducían dos dedos para enrollarlas en la jabalina, prolongaban la longitud del brazo y al mismo tiempo imprimían a la jabalina un giro que la estabilizaba en el aire.

Hoy en día...

El lanzamiento de jabalina es una prueba de atletismo en la que se lanza una jabalina, hecha con material reglamentario de metal o fibra de vidrio, el objetivo es lanzarla lo más lejos posible. Se lanza desde un pasillo de un largo de 30 metros, acabado en un arco de 38 metros de radio. Actualmente se utiliza la técnica denominada clásica. En esta técnica se utiliza una serie de pasos previos al lanzamiento, después se pasa a armar el brazo manteniendo la jabalina a la altura de los ojos y alineada con los hombros en la dirección del lanzamiento

¿Qué vamos a practicar?

En esta habilidad atlética tendremos la oportunidad de realizar dos lanzamientos de jabalinas de los cuales nos quedaremos con la mejor marca (como veréis, nuestra jabalinas no son de madera, sino de goma espuma) . Los participantes que no realicen el lanzamiento se encargarán de:

1. Medir las distancia de lanzamiento con la ayuda de un metro
2. Valorar si el lanzamiento es válido

HOJA INFORMATIVA DE LAS ANTIGUAS OLIMPIADAS



Nacieron en Grecia en el año 776 a.C. .

Se tiene constancia de la existencia de los Juegos Olímpicos como se conocían en la antigua Grecia desde el año 776 a.C. Nacieron en la ciudad de Olimpia, de ahí su nombre. Se sucedieron cada cuatro años hasta el 393 d.C. Estos eventos se repitieron hasta en 293 ocasiones. En las Olimpiadas originales de la Antigua Grecia, solo podían participar hombres, tanto como atletas o espectadores. Si se sorprendía a una mujer viendo los juegos, era castigada con la pena de muerte; la razón era que el festival estaba dedicado a Zeus y a los hombres. El primer premio que se dio a un ganador de Juegos Olímpicos, fue una corona de olivo sagrado.



Los juegos olímpicos homenajeaban a los dioses.

En su origen, las Olimpiadas griegas rendían homenaje a los dioses. El primero fue Cronos, hijo menor de Urano, dios del cielo, y de Gea, diosa de la tierra. Cronos mató a todos sus hijos excepto a Zeus, que pronto lo relegó en los homenajes olímpicos. Se organizaban actos litúrgicos en torno a la figura del dios. Estos preparativos, que se extendieron en la época del padre de los dioses, reunían no solo a los deportistas, sino a miles de fieles que se congregaban en torno a la figura del dios. Esto llevó a la puesta en marcha de algunas prácticas que se convirtieron en habituales como la de ofrecerle regalos en el monte de Olimpia.



Encender una hoguera, objetivo de la primera competición.

Los presentes que se acumulaban en el monte Olimpia debían ser quemados en la hoguera en señal de reverencia o sumisión al dios. Como el hecho de prender la llama suponía un privilegio y una distinción muy codiciados, se arbitró una sencilla forma de determinar quién sería el elegido. Consistía en colocar a los peregrinos a una distancia prudencial en forma de salida. Desde ese lugar debían iniciar la carrera hasta el punto en que se situaba un sacerdote portando una antorcha. El ganador tendría el honor de encender la llama de la gran hoguera en la que arderían los regalos entregados al dios.



La primera carrera regulada consistía en correr 192 metros.

La competición ritual daría lugar más adelante a la carrera denominada de estadio (192, 27 metros) tras la que se programarían otras modalidades deportivas celebradas junto a ceremonias religiosas. De esta forma nacían los Juegos Olímpicos de la antigüedad clásica aunque Duránte Corral advierte en sus numerosos estudios de que "únicamente hacia finales del noveno y comienzo del octavo siglo a. C. se puede hablar de los Juegos Olímpicos con datos cronológicos de cierta seguridad histórica".



Durante las Olimpiadas los conflictos debían paralizarse. .

Hasta el año 884 a.C. se produce un acontecimiento muy trascendente para la historia de Grecia: la firma de la Tregua Sagrada. Según quedó establecido tras la firma de este acuerdo, los territorios vecinos de Elis y Olimpia se declaraban sagrados y se prohibía la entrada de individuos armados. Lo más importante de este acuerdo fue el establecimiento del mes sagrado. Durante este tiempo debían cesar todo tipo de actividades bélicas con el fin de que los individuos de las distintas ciudades griegas pudieran participar tranquilamente en las competiciones olímpicas. De incumplirse el acuerdo, el Parlamento Olímpico se encargaría de sancionar la infracción.



El culto a gobernantes acabó con los Juegos Olímpicos de la Antigüedad. .

Los Juegos de la Antigüedad, que también tenían lugar cada cuatro años, dejaron de celebrarse en el 393 d.C. cuando empezaron a extenderse concursos similares en otras zonas próximas. El ideal religioso que dio origen a este evento perdió fuerza en los organizados en otras ciudades donde se veneraba no a una divinidad sino a un soberano en particular. Henry Bill, en su Historia de los Juegos Olímpicos, comparaba los originales griegos con los modernos y afirmaba que "ambos se fundaron sobre un alto plano religioso y moral elevándose a prodigiosa altura mientras se mantuvieron fieles a estos ideales básicos y fundamentales y ambos dieron muestras de decadencia bajo la influencia de la política y del profesionalismo".

Anexo 8.

Ficha de control actitudinal						
Actividad		Juegos tradicionales				
Valoración		1= Nunca; 2 = En ocasiones; 3= Frecuentemente; 4= Siempre				
Alumno/a	1. Participa en los juegos con actitudes de colaboración, reconociendo y valorando positivamente las modalidades cooperativas	2. Participa y disfruta del juego con independencia de quienes sean los compañeros y respetando las diferencias de nivel, género, cultura u otras.	3. Respeta las normas de las situaciones de aprendizaje, valorando su necesidad para asegurar el juego limpio y la seguridad personal	4. Valora el juego como elemento de nuestro patrimonio cultural más próximo y es capaz de empatizar con las generaciones pasadas y comprender su práctica	5. Valorar el juego como un medio para realizar actividad física, como medio de disfrute, de relación y como recurso para aprovechar el tiempo libre	Total
1. Beatriz						
2. María						
3. Dylan						
4. Enrique						
5. Candela						
6. Ramón						
7. Andrés						
8. Javier						
9. Lara						
10. Raúl						
11. Antonio						
12. Carla						
13. Israel						
14. Abel						
15. Paula						

Anexo 9.

Alquézar y la colegiata de Santa María la Mayor



Alquézar (al-Qasr) significa fortaleza, y hace referencia a su origen militar. Es un pueblo surgido a la sombra de un castillo, poblando la falda de la montaña. Fue una de las principales fortalezas que protegían el acceso a Barbastro.

Jalaf ibn Rasid levantó a comienzos del siglo IX esta fortaleza como enclave defensivo frente a los núcleos de resistencia pirenaicos cristianos, en este caso, frente al condado de Sobrarbe.



En torno a 1067 es conquistada por Sancho Ramírez y se convierte en fortaleza cristiana frente a los musulmanes, constituyéndose en punto clave para posteriores etapas de la Reconquista.

A medida que el proceso de la Reconquista avanza hacia tierra baja (Barbastro, Huesca, ...) pierde importancia como fortaleza militar estratégica y se convertirá en una institución religiosa y centro comercial de la comarca.

La población residía dentro del recinto amurallado del castillo. El aumento de población en el siglo XIII, gracias a las mejoras sociales y económicas, hará que se comience a edificar fuera de la fortaleza; la población se irá trasladando gradualmente al "Burgo Nuovo Alquezaris", dejando el castillo prácticamente deshabitado, ocupado solamente por algunos religiosos.

El pueblo tiene un aspecto totalmente medieval que muy poco ha cambiado, al menos en lo que se

refiere a las calles: una red de calles bien enlazadas mediante otros callejones más pequeños y resguardando del sol y del viento. Es un trazado musulmán, de callejuelas estrechas y altas. El pueblo tenía un cierto sentido defensivo como recinto cerrado y fuerte, tal vez amurallado (aunque esto no parece probable); se accedía por tres puertas de las que se conservan dos: la principal del siglo XIII, y la otra en la parte baja del pueblo; tenían portalones que se cerraban a una hora determinada, no permitiéndose el acceso al interior del pueblo.

La actual Colegiata de Santa María de Alquézar es un templo gótico levantado entre 1525 y 1532. Es fruto de la remodelación de un templo anterior románico. Dentro de la colegiata, la capilla guarda un Cristo románico del siglo XIII que veremos durante la visita.

La población de Alquézar era totalmente cristiana, pero abundaban los mudéjares (musulmanes conversos) en la comarca. De las actuales casas las más antiguas podrían ser de los siglos XIV y XV. Las casas se integran perfectamente con el entorno por el uso de

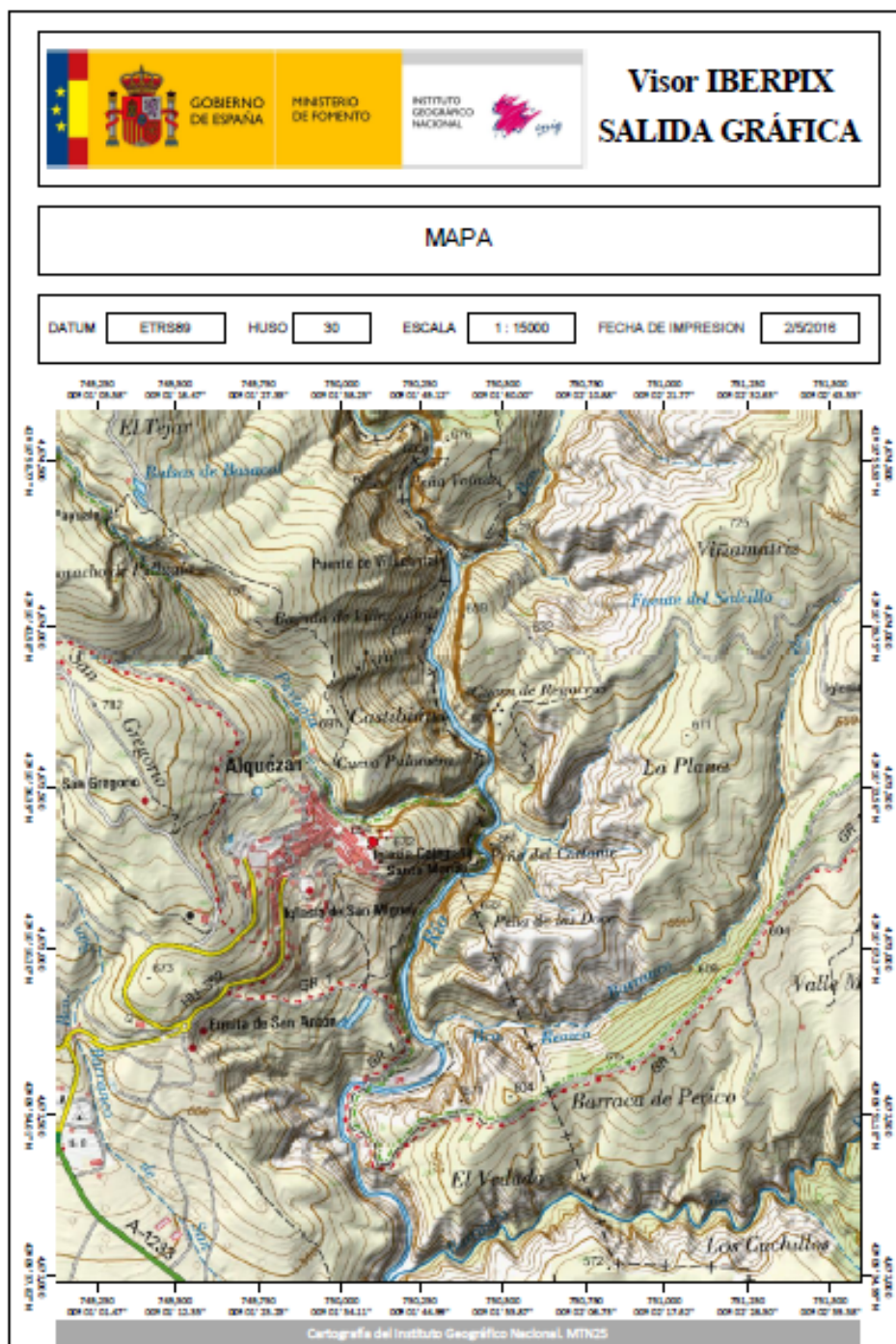
materiales como la piedra (sobre todo para esquinas, zócalos, marcos de ventanas y puertas), el ladrillo y el adobe. Los mudéjares introdujeron la técnica del ladrillo, más práctico que la piedra y casi de igual resistencia. Estas casas, o bien son de origen noble o de función ganadera y agrícola, pero todas con un esquema básicamente igual: interiormente tienen una planta calle, con cuadras o bodegas. Una planta noble de vivienda. Y una falsa o granero.

Un elemento muy típico del pueblo, y de tradición medieval, son los pasadizos en alto, gracias a los cuales parece ser que se podía pasar por todo el pueblo sin pisar la calle. En la Plaza Mayor del pueblo se encuentran las casas más nobles de la villa; es como un centro de caminos similar al foro romano o al zoco musulmán.

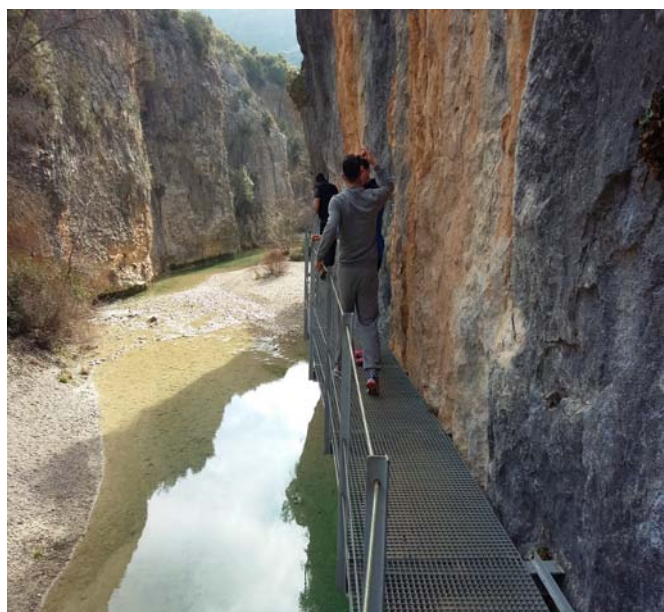
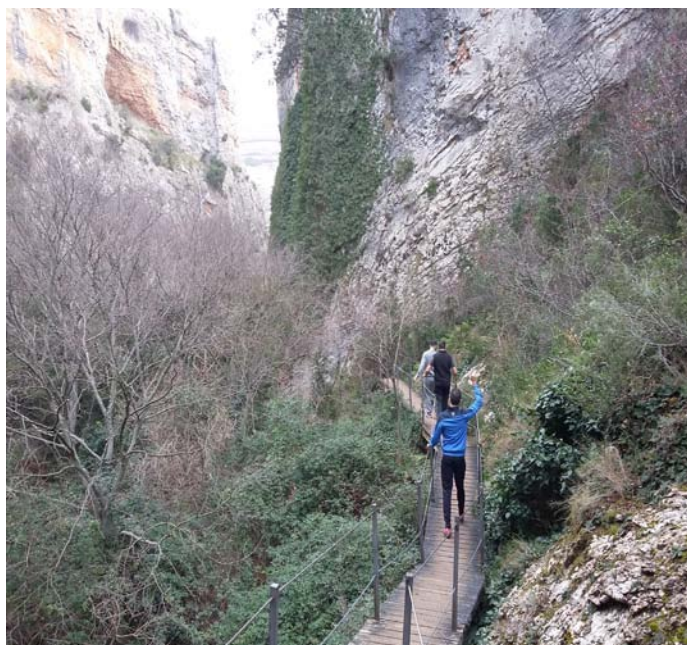


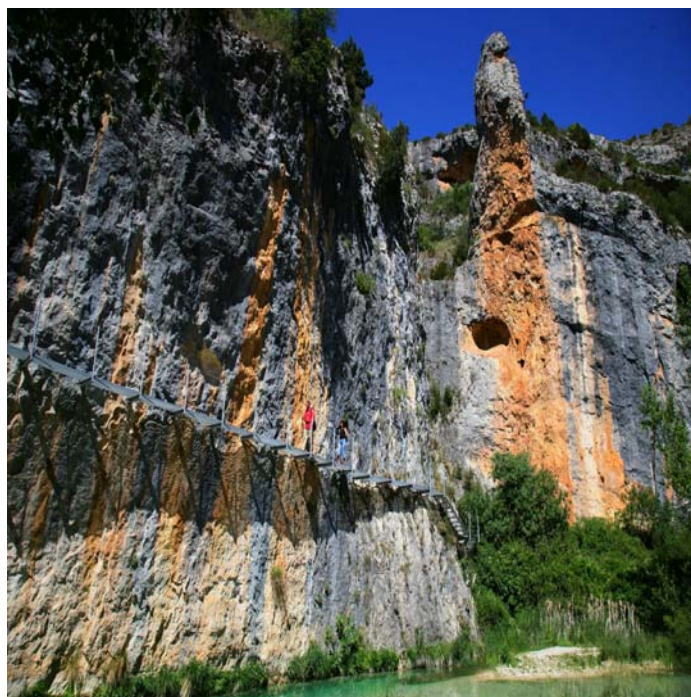
Los escudos tendrían su origen en los emblemas de las familias nobles. Se colocaban sobre los arcos de entrada de las casas. El de Alquézar es una fortaleza con tres torres, más alta y ancha la central. Este símbolo puede aparecer formando parte de escudos particulares junto a otras figuras: los elementos más habituales son torres, cruces de órdenes militares, flores de lis, barras, el olivo, etc.

Anexo 10.



Anexo 11.







Anexo 12.

-TIRO DE BARRA ARAGONESA-

Este deporte lo podemos considerar como el **rey de los juegos aragoneses**. Es el más conocido y más practicado en nuestra tierra.

El **origen** radica en una de las piezas del arado romano, que era la que hacía el surco para labrar y que una vez finalizada las duras faenas del campo utilizaban los labradores para retarse con el propósito de lanzarla lo más lejos posible. También se dice que servía de palanca para mover y romper piedras en las canteras.

Se solía jugar los domingos y fiestas de guardar en las plazas de los pueblos, después de misa, para apostarse el vermuth (porrón de vino) en competiciones vecinales y entre los pueblos más cercanos.

El **terreno de juego** es una era de tierra llana, sin obstáculos, amplia y sin hierbas. El campo tiene forma de trapecio isósceles, con 2 m. en la base menor, que es la zona de lanzamiento, 8 m. de base mayor que es la zona fondo de caída, siendo la distancia entre las dos bases de 20 m. Varias líneas hechas con yeso en el suelo indican a modo de referencia las distancias existentes partiendo, generalmente de los 8 m. dependiendo de la categoría de la tirada. Hay dos líneas que se deben marcar obligatoriamente: la de 12,50 m. y la de 15 m. para indicar que aquellos lanzadores que tiren la barra entre estas dos distancias están considerados como tiradores de 2ª categoría y los que pasan de 15 m son de 1ª categoría.

La **zona de seguridad** es fundamental delimitarla para evitar accidentes. Es aconsejable que sea amplia a fin de garantizar la mayor seguridad y protección del espectador, colocando vallas, cintas de plásticos, cuerdas etc...

Material. La barra es de hierro, forma cónica, con la punta biselada y un peso y medida variables dependiendo de la edad del tirador:

Peso en Kg.	Categoría	Edad en años
3	Alevín	10-11
4	Infantil	12-13
5	Cadete	14-15
6	Juvenil	16-17
7,257	Senior	18 o más



Además puede utilizarse el contrapeso, elemento opcional, a gusto del lanzador, que puede ser una piedra, un cilindro de hierro, una bola de acero etc... de peso variable que ayuda a equilibrar el peso de la barra y girar mejor.

Desarrollo del juego. La barra se lanza con una mano, cogiéndose más o menos por el centro, equilibrándola sobre la palma de la mano, acercando los dos pies a la tabla tope de lanzamiento, separados y en la otra mano el contrapeso. Se flexionan ligeramente las piernas y tras una torsión de la cintura, se lanza deslizándose entre los dedos de la mano, saliendo la barra rotando sobre su eje longitudinal y la punta biselada hacia delante. Gana el lanzador que consiga tirar bien la barra lo más lejos posible.

-TIRO DE BOLA ARAGONESA-

Consiste en lanzar una bola de acero por un recorrido determinado, en menor número de veces que el contrario que lanza como pareja. Ejemplo de recorrido: Por un camino de un pueblo a otro.

Este deporte se ha practicado principalmente en la provincia de Zaragoza (Almunia de Doña Godina, Borja, Cariñena, Épila, Calatorao, etc.). En el Barrio de Torrero, Zaragoza, en el "Camino de las Canteras", se viene desarrollando habitualmente.

Material. Una bola de acero, totalmente esférica, que puede tener los siguientes pesos, según la categoría. Categoría senior: 1,665 kg., categoría juvenil: 1,333 kg., categoría infantil: 1 kg.

Campo de juego. Un camino de tierra, situado fuera de los núcleos urbanos.



El tirador coge la bola y tomando unos metros de carrerilla la suelta antes de la línea de lanzamiento, llamada desembarre, lanzando la bola hacia el lugar que le indicará el marcador, donde estará el mismo como silueta, pegará ahí la bola al caer al suelo y luego saldrá disparada hacia delante hasta que termine su recorrido, siendo válido todo el trayecto, desde que sale de la mano del tirador hasta donde se para.

Gana el tirador que termine el recorrido con menos lanzamientos.

Es un deporte de mucha técnica, velocidad y coordinación.

En el campeonato de Aragón el recorrido mínimo es de 3 Km.

Anexo 13.

LA PREHISTORIA



La Prehistoria es la etapa que comprende desde el origen del ser humano, hasta la invención de la escritura (hace aproximadamente unos 5 millones de años). Las dos etapas que estudiaremos de la Prehistoria son el Paleolítico y el Neolítico.

EL PALEOLÍTICO

Los primeros seres humanos vivían fundamentalmente de la pesca, la caza y la recolección de frutos silvestres. Las principales especies que cazaban eran mamuts, bisontes, ciervos, etc. Eran nómadas y se organizaban en pequeñas tribus. Vivían en cuevas, al aire libre o en cabañas construidas con ramas de árboles y pieles de animales.

HERRAMIENTAS DEL PALEOLÍTICO

Los primeros grupos humanos fabricaban herramientas de piedra que tallaban con percutores (piedras para golpear a otras). Con ellas se ayudaban en sus labores. Las principales eran:

- Cuchillos para cortar carne, pieles...
- Raspadores para curtir las pieles y fabricar vestidos.
- Puntas de flecha, para cazar.
- Agujas, para coser.
- Arpones, para pescar.



Un paso importante fue la invención del fuego, hace aproximadamente medio millón de años.

PINTURAS RUPESTRES Y ESCULTURAS

El hombre del Paleolítico decoraba las paredes de las cuevas con grandes pinturas que representaban los animales que cazaban. También esculpía pequeñas figurillas de piedra que simbolizaban figuras de mujeres y de animales.

EL NEOLÍTICO

La segunda etapa de la Prehistoria es el periodo Neolítico, que se inicia con el descubrimiento de la agricultura y de la ganadería.

LOS PRIMEROS POBLADOS

Hace unos 10.000 años los seres humanos comenzaron a cultivar las plantas y a domesticar a los animales: nacía así la agricultura y la ganadería. Este hecho hacía necesario que los grupos humanos vivieran junto a las tierras de cultivo. Los hombres construyeron pequeños poblados en los que vivían todo el año y se hicieron sedentarios. Los poblados estaban situados generalmente junto a un río, a fin de tener agua para regar los campos y para abastecer a la población y al ganado.

El jefe de la aldea dirigía el poblado y negociaba con los jefes de las aldeas vecinas.

UTILES USADOS EN EL NEOLITICO

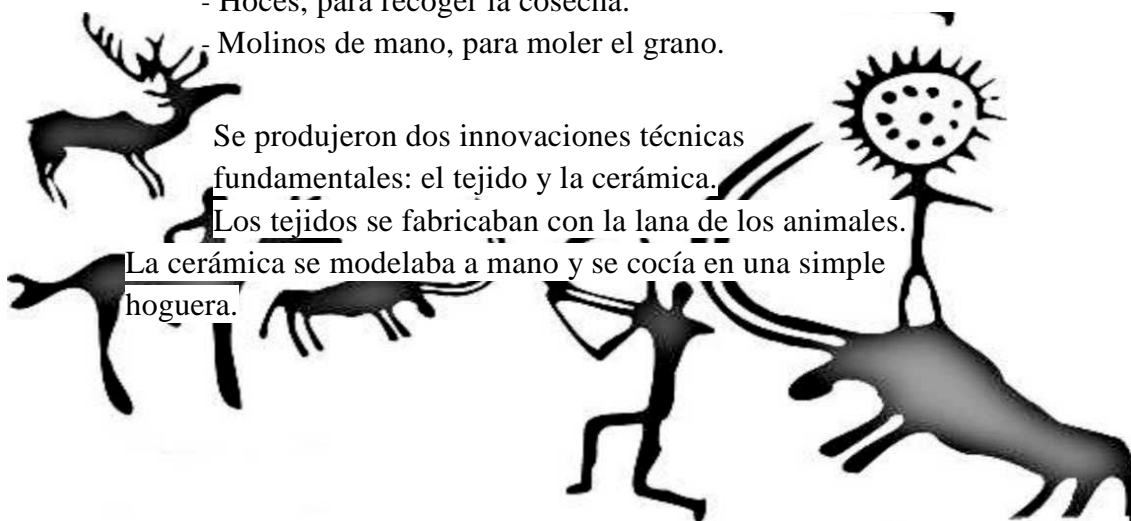
Los principales eran los siguientes:

- Azadas, para arar la tierra.
- Hoces, para recoger la cosecha.
- Molinos de mano, para moler el grano.

Se produjeron dos innovaciones técnicas fundamentales: el tejido y la cerámica.

Los tejidos se fabricaban con la lana de los animales.

La cerámica se modelaba a mano y se cocía en una simple hoguera.



Abrigo de Regacens

■ **Localidad y municipio:** Asque, Colungo.

■ **Situación y características**

El abrigo de Regacens se halla en un pequeño barranco afluente por su margen izquierda del río Vero en el tramo final del cañón. Está situado frente a localidad de Alquézar y cerca de Asque.

Esta cavidad se abre en el farallón rocoso que rodea la cumbre del promontorio en el interfluvio del Vero con el barranco lateral. Constituye un amplio abrigo de 16 x 10 m, de boca circular y configuración irregular, antaño usado como corral de ganado, tal como delata el murete de piedra seca construido a su entrada.

■ **Contenido pictórico**

Regacens alberga Arte Levantino y Esquemático en color rojo.

Las pinturas levantinas se ubican en la zona frontal, donde se representa un conjunto de cápridos, irregularmente conservados, entre los que sobresale una cabra a la carrera (Ver pág.: 61).



En el resto del abrigo, en la zona frontal más a la derecha, en el flanco derecho y en la repisa, se disponen las figuras esquemáticas entre las que destacan diferentes motivos como manchas, cuadrúpedo, cérvidos, varios antropomorfos, digitaciones, signos y barras.



Anexo 14.



